



LAUREA

"Mukavaa kun on päässyt tähän maailmaan" -
Ikäihmisten kokemuksia Active Art Pilotti II -
toiminnasta ohjaajien kuvaamana

• • • • •

Kiiski, Miia

Storck, Johanna

Laurea -ammattikorkeakoulu
Laurea Tikkurila

"Mukavaa kun on päässyt tähän maailmaan" -
Ikäihmisten kokemuksia Active Art Pilotti II -toiminnasta ohjaajien
kuvaamana

Miia Kiiski
Johanna Storck
Sosiaalialan koulutusohjelma
Opinnäytetyö
Joulukuu 2009

Miia Kiiski & Johanna Storck

”Mukavaa kun on päässyt tähän maailmaan” –
Ikäihmisten kokemuksia Active Art Pilotti II -toiminnasta ohjaajien kuvaamana

Vuosi 2009

Sivumäärä 39

Laurea-ammattikorkeakoulu yhdessä suomalaisten ja japanilaisten yhteistyökumppaniensa kanssa ovat kehittäneet Active Art -menetelmää jo vuodesta 2006 alkaen. Se on tavoitteellista ja kuntouttavaa ryhmässä tapahtuvaa taidetoimintaa, minkä perustana on japanilainen Clinical Art -systeemi (CA). Opinnäytetyömme tarkoituksena oli koota yhteen Active Artin teoriapohjaa sekä saada lisää tietoa menetelmän vaikutuksista.

Päätavoitteenamme oli tuottaa kuvailevaa tietoa Active Art Pilotti II -taideryhmiin osallistuneiden ikääntyneiden ryhmäläisten kokemuksista ohjaajien kuvausten pohjalta. Tarkoituksena oli tuoda ryhmäläisten oma ääni kuuluviin. Osallistuimme ensin keväällä 2008 Active Art -koulutusjaksolle, jonka jälkeen toimimme taideryhmien vetäjinä työntekijöiden kanssa. Pilotti II lopuksi saimme tarkasteltavaksemme ryhmien ohjaajien loppuraportit (7 kpl), jotka toimivat aineistona tässä tutkielmassa. Analysoimme aineistomme sisällön analyysiä käyttäen eli laadullisen tutkimusmenetelmän keinoin.

Opinnäytetyömme tulokset osoittivat, että Active Art -ryhmät tuottivat sekä yksilöllisiä että yhteisiä voimavaroja. Active Art toi virikkeellisuutta normaaliin arkeen sekä sai ryhmäläiset aktivoitumaan ja yksinäisyys vähentyi. Taideryhmät tuottivat ikääntyneille iloa ja yhdessä tekemisen riemua. Toiminnan jatkuessa ryhmäytymistä tapahtui, mitä kautta yksilöiden rohkeus tehdä erilaista kuin totuttu lisääntyi. Ryhmäläiset eivät enää väheksyneet omia töitään kuten alussa ja he kokivat yhteenkuuluvuutta ja kannustivat muita.

Ryhmäläiset kokivat niin negatiivisia kuin positiivisiakin tunteita taiteen tekemisen yhteydessä. Joissakin ryhmäläisissä abstraktit taiteenteon menetelmät aiheuttivat välillä epävarmuutta ja turhautumista. Turvallisen ympäristön ja kannustavan ilmapiirin turvin ryhmäläiset kuitenkin uskaltautuivat kokeilemaan ja saivat uusia elämyksiä. Parhaimmillaan Active Art -ryhmä oli foorumi, jossa ikäihmiset pystyivät sekä herättelemään että purkamaan erilaisia tunteita ja kokemuksia. Kipeitä muistoja uskallettiin käsitellä ja esimerkiksi omasta yksinäisyydestä puhua.

Avainsanat: gerontologinen sosiaalityö, sosiokulttuurinen vanhustyö, sosiokulttuurinen innostaminen, taide kuntouttajana.

Miia Kiiski & Johanna Storck

"How nice it is to get into this world" -
How the elderly experienced Active Art Pilot II -activity described by the instructors

Year 2009

Pages 39

Laurea Polytechnic in collaboration with Finnish and Japanese partners has developed the Active Art since 2006. It is a goal-oriented and rehabilitative activity that happens in art groups. The method is based on the Japanese Clinical Art system (CA). The meaning of our thesis was to bring together the theory of Active Art and to obtain more information about the effects of the method.

Our main goal was to provide descriptive information about how the elderly art group members experienced working with art in the Active Art Pilot II. The information needed we got from the final reports written by the instructors of the art groups. The purpose was to bring the voice of the elderly heard. First we participated in the Active Art training period in spring 2008, after which we instructed arts groups together with the workers. The material of the thesis was received from the final reports of the art groups (n=7). We analyzed the material using content analysis which is a qualitative research method.

Our study results showed that the Active Art groups generated individual and collective resources. Active Art brought stimulus activity to normal daily life, activated the group members to mobilize and decreased their loneliness. Art groups gave joy for the elderly and they enjoyed working together as a group. As the activity continued they formed a tight group through which the individuals had the courage to do different they used to. Group members were no longer underestimating their own works like they did at the beginning and they experienced companionship and encouraged others.

Group members felt both negative and positive emotions during the art sessions. Some felt that the abstract methods of making art created uncertainty and frustration. A safe environment and encouraging atmosphere, however, dared to enable group members to try and acquire new experiences. At best, the Active Art group was a forum where elderly people were able to awaken and dissolve different kinds of feelings and emotions. They had the courage to deal with painful memories and to talk about for example loneliness.

Keywords: gerontological social work, socio-cultural work with the elderly, socio-cultural animation, art rehabilitation.

Sisällys

1	Johdanto	6
2	Active Art -projekti Laureassa	7
3	Tutkimuksen tarkoitus ja tutkimuskysymykset	8
4	Gerontologinen sosiaalityö	9
	4.1 Ikääntymisen uudet haasteet	10
	4.2 Voimavaralähtöiseen työhön	10
5	Sosiokulttuurinen vanhustyö	11
6	Sosiokulttuurinen innostaminen	12
7	Taide kuntouttajana	14
	7.1 Taiteen käyttö ikääntyneiden parissa	16
8	Aikaisemmat tutkimukset	18
9	Tutkimuksen tarkoitus	19
	9.1 Menetelmälliset lähtökohdat	19
	9.2 Aineistona loppuraportit	20
	9.3 Aineiston analyysimenetelmät	20
10	Tutkimuksen tulokset	23
	10.1 Haaste tehdä erilaista kun totuttu	23
	10.1.1 Innostuksen ja keskittymisen löytäminen	23
	10.1.2 Muistojen herääminen	24
	10.2 Hyvä olo tekemisestä ja palautteesta	25
	10.3 Iloa yhdessäolosta	26
	10.3.1 Rohkeuden lisääntyminen ryhmäytymisen myötä	26
	10.4 Oman osaamisen vähättely	27
	10.5 Kehitystä eri osa-alueilla	28
11	Pohdinta	29
12	Eettisyys	32
13	Luotettavuus	33
14	Lähteet	36
15	Liitteet	38

1 Johdanto

Active Art -projekti on osa laajempaa Muutosvoimaa vanhustyön osaamiseen -hanketta. Laurea-ammattikorkeakoulussa on kehitetty syksystä 2006 alkaen Active Art -työtapaa yhdessä Vantaan kaupungin kanssa. (Ahos & Pusa 2008, 2.) Me itse tutustuimme Active Artiin ensimmäisen kerran keväällä 2007 Tikkurilan Laureassa järjestetyllä luennolla, jossa Taizo Oshiro Tohoku Fukushi Universitystä (TFU) kertoi japanilaisesta Clinical Artin taustasta, menetelmästä ja tuloksista. Keväällä 2008 lähdimme Pilotti II -projektiin mukaan sillä ajatuksella, että teemme opinnäytetyömme sen parissa. Halusimme myös suorittaa vapaavalintaisen harjoittelumme kyseisessä projektissa, joten osallistuimme ensin Active Art -koulutusjaksolle. Siellä pääsimme syventymään Active Artin toimintaperiaatteisiin ja sen tarjoamiin mahdollisuuksiin. Koulutusjakson jälkeen pääsimme toteuttamaan toimintaa kentällä.

Osallistuttuamme Active Art -toiminnan ohjaamiseen, halusimme pysähtyä pohtimaan opinnäytetyössämme ryhmäläisten kokemuksia taidetoiminnasta ja sitä, millaisia hyötyjä he siitä olivat mahdollisesti saaneet. Active Art -ryhmiemme ohjaamisen aikana olimme nähneet, kuinka kiitollisina ja ilolla asiakkaat ottivat vastaan mahdollisuuden osallistua taidetoimintaan ja kuinka he tuntuivat nauttivan siitä. Heille oli tärkeää saada toiminnallista tekemistä arkeensa. Meille itsellemme muodostui tärkeäksi syventyä nimenomaan ikääntyneen omaan, yksilölliseen kokemukseen Active Art -toiminnasta, vaikka esittelemmekin opinnäytetyömme teoreettisessa viitekehyksessä taiteen ulottuvuuksia myös yhteisöllisestä ja yhteiskunnallisesta näkökulmasta käsin. Viitekehyksenämme käytämme gerontologista sosiaalityötä, sosiokulttuurista vanhustyötä, sosiokulttuurista innostamista sekä taiteen käyttöä vanhustyössä.

Opinnäytetyömme tavoitteena on tuottaa kuvailevaa tietoa Active Art -taideryhmiin osallistuneiden ikääntyneiden ryhmäläisten kokemuksista Pilotti II aikaisesta taidetoiminnasta. Aineistonaamme oli seitsemän loppuraporttia, jotka olivat kirjoittaneet ryhmien ohjaajat. Meidän omien ohjattavien ryhmien loppuraportit olivat myös mukana aineistossa. Opinnäytetyömme noudattaa laadullisen tutkimuksen periaatteita. Aineiston analysoimme käyttäen sisällönanalyysia.

Active Art on menetelmänä Suomessa vielä varsin vähän tunnettu eikä siitä ole juurikaan tutkimustietoa. Halusimme omalla opinnäytetyöllämme tuoda lisää tietoa Active Artista osallistua sen kehittämiseen. Opinnäytetyömme tarkoituksena onkin tuottaa kuvailevaa tietoa, jota voidaan hyödyntää Active Artin suunnittelu- ja kehittämistyössä.

2 Active Art -projekti Laureassa

Active Art -toiminta on strukturoitua ja tavoitteellista ryhmässä tapahtuvaa taidetoimintaa. Toiminnan tarkoitus on tuottaa iloa ja mielihyvää ikääntyneille, lisätä heidän hyvinvointiaan sekä kuntouttaa tukemalla yksilöä tekemään itsenäisiä valintoja esteettisen toiminnan puitteissa. Active Art -menetelmän esikuvana, peilauspintana ja perustana on Clinical Art -systeemi (CA), joka on kehitetty Japanissa. (Ahos & Pusa 2008, 2.)

Laurea-ammattikorkeakoulu on keväästä 2006 lähtien kehittänyt pitkäjänteistä yhteistyötä japanilaisten kumppanien kanssa. Suomalais-japanilaisen Active Art -projektin tarkoituksena on tutkia ja kehittää ikääntyvän väestön palveluja molemmissa maissa. Projektin suomalaiset osapuolet ovat Laurean ohella Helsingin kauppakorkeakoulu sekä Espoon ja Vantaan kaupungit. Japanilaiset kumppanit ovat Sendain kaupungissa sijaitseva, sosiaali- ja terveystieteisiin erikoistunut Tohoku Fukushi -yliopisto ja Tokiossa sijaitseva Sophia-yliopisto. Vantaan ja Espoon kaupungin kanssa Laurea keskittyy erityisesti vanhustyön ennaltaehkäisevien menetelmien kehittämiseen, kotihoidon verkostoihin ja johtamiseen, vanhusten elämänlaadun arvioinnin kehittämiseen sekä interaktiiviseen hyvinvointi-tv:seen. (Länsisalmi 2007, 7.)

Active Art -toimintaan on osallistunut vuosien 2007–2008 aikana 72 ikääntynyttä vantaalaista. Työntekijöiden ja Laurean opiskelijoiden muodostamissa kehityspareissa ja -kolmikoissa on toiminut yhteensä 28 henkilöä, jotka ovat suunnitelleet, ohjanneet ja arvioineet taidetoimintaa ikääntyneiden toimintayksiköissä. Active Art -projektin kiinnittymispinta Tikkurilan Laureassa on luoviin toimintoihin keskittyvä sosionomikoulutus, jossa on keskeisenä ajatuksena taidelähtöinen moniaistinen lähestymistapa. (Ahos & Pusa 2008, 2.)

Active Art -projektin aikana opiskelijat ja työntekijät muodostavat työpareja ja kolmikoita, jotka tutustuvat toisiinsa koulutusjakson ajan. Koulutusjakson jälkeen tiimit ohjaavat noin kymmenen kerran taidetoiminta-kokonaisuuden suljetuille, tarkoitusta varten erikseen perustetuille vanhusryhmille. Toiminnan aikana koulutettaville järjestetään työnohjaus osana koulutusta. (Ahos & Pusa 2008, 3.)

Kuten Clinical Artin, myös Active Artin toimintakertojen kulku on aina samanlainen. Aluksi on noin viidentoista minuutin pituinen virittäytyminen, joka pitää sisällään musiikkia, kevyen fyysisen harjoitteen sekä keskustelun, joka vahvistaa osallistujien läsnäolon tunnetta. Varsinainen taidetyöskentelyvaihe kestää noin 80 minuuttia ja jokaisella kerralla on oma teemasensa, johon jo alun virittäytymisvaihekin on osallistujia ohjannut. Toimintakerrat päättyvät noin puolen tunnin mittaiseen keskusteluosioon, ”arvostuskierrokseen” töiden äärellä. Arvostuskierroksen on tarkoitus tukea osallistujien itseluottamusta. (Pusa 2008, 5.)

3 Tutkimuksen tarkoitus ja tutkimuskysymykset

Valitsimme opinnäytetyömme aiheeksi ikäihmisten kokemukset Active Art Pilotti II:ssa ohjaajien kuvaamana. Päädyimme juuri tähän aiheeseen, koska pääsimme itse todistamaan ikäntyneiden ryhmäläisten innostusta taiteen tekemiseen ollessamme ohjaamassa Active Art Pilotti II -toimintaa keväällä 2007. Meistä tuntui kiinnostavalta paneutua kaikkiin Pilotti II:n loppuraportteihin ja tarkastella kokonaisuudessaan, millaisia kokemuksia ohjattavamme ja muut ryhmien jäsenet ovat saaneet. Halusimme myös nähdä, millaisia hyötyjä toiminta oli mahdollisesti tuottanut asiakkaille. Active Artista ei ole paljoakaan aikaisempaa tutkimustietoa, joten ryhmien loppuraporteista saadut kokemukset ovat erittäin tärkeää tietoa toiminnan kehittämisen kannalta.

Opinnäytetyömme tarkoituksena on siis kuvata ikäihmisten Active Art Pilotti II:sta saamia kokemuksia ohjaajien kertomana sekä pohtia, millä tavoin toiminta on näihin ikäihmisiin vaikuttanut ja millaisia hyötyjä taidetoiminta on heille mahdollisesti tuonut. Kaikki kuvaukset ovat syntyneet ohjaajien raportoinnin sekä omien kokemusiemme pohjalta. Seitsemän raportin joukossa on myös meidän itsemme ohjaamien ryhmien raportit, jotka olemme kirjoittaneet yhdessä yksikön työntekijän eli työparimme kanssa.

Viitekehyksenä toimii gerontologinen sosiaalityö, sosiokulttuurinen vanhuskäsitys sekä taiteen käyttö vanhustyössä. Gerontologisen sosiaalityön periaate toimii pohjana ja kokoavana kehyksenä tutkielmamme teoreettiselle viitekehykselle. Sosiokulttuurisessa vanhuskäsityksessä esittelemme ikäihmisten oikeuden taiteeseen ja kulttuuriin aktiivisina toimijoina. Otamme tutkimuksessamme huomioon sekä taiteen yksilöllisen, yhteisöllisen että yhteiskunnallisen ulottuvuuden. Lisäksi pohdimme, millä tavoin taide toimii kuntouttavana tekijänä.

Tutkimuskysymyksemme ovat muotoutuneet pitkälti oman kiinnostuksemme ja kokemuksemme pohjalta. Lisäksi aineiston sisältö on ohjannut tutkimuskysymyksien asettelua. Oman viitteensä ovat antaneet myös lukemamme kirjallisuus sekä aikaisemmista tutkimuksista saatu tieto.

Tutkimuskysymykset:

1. Millaisia kokemuksia, sekä negatiivisia että positiivisia, Active Art antoi ryhmäläisille ohjaajien tulkitsemana?
2. Millaisia kokemuksia havaittiin ryhmäläisten vuorovaikutuksessa ryhmätoiminnan aikana?

3. Esiintyikö ryhmäläisillä epärointiä tai oman osaamisensa vähättelyä? Jos, niin kuinka se ilmeni?

4. Millaista kehitystä/edistystä ryhmäläisillä esiintyi Active Art -toiminnan aikana? Miten se ilmeni?

4 Gerontologinen sosiaalityö

Jotta voimme tuoda ikääntyneiden Active Art -toiminnan Suomen sosiaalialan kentälle tai ylipäänsä pohtia sen toimivuutta, on meidän tarkasteltava suomalaisen vanhustyön tilaa ja taustoja. Active Art -toiminta ja sen teoria on vasta muotoutumassa, joten tarvitsemme aikaisempaa tietoa sen kehikseksi. Vanhustyön ammatillisuuden juuret ovat sosiaali- ja terveyshuollon historiassa. Kansainvälisen määritelmän (IFSW 2000) mukaan sosiaalityö perustuu huomaaneihin ja demokraattisiin ihanteisiin sekä kaikkien ihmisten tasa-arvon, arvokkuuden ja ihmisarvon kunnioittamiseen. Tämä tarkoittaa, että kaikki ihmiset ansaitsevat yhtäläisen ihmisarvon pelkän ihmisyytensä perusteella. Jokaista ihmistä tulisi siis kohdella ominaisuuksista ja suorituksista huolimatta yhtäläisesti ja tasavertaisesti. (Raunio 2004, 71-75.)

Vanhuus on käsitetty erottuvaksi ja erityiseksi elämänvaiheeksi elämänkaareissa, että se on synnyttänyt oman tieteen, gerontologian. Gerontologia on painottunut luonnon- ja lääketieteeseen, mutta rinnalle on syntynyt myös psykologiseen ja sosiologiseen tutkimusperustaan liittyvä psyko- ja sosiaaligerontologia, ja listaan voidaan lisätä myös kulttuurigerontologia ja historiallinen gerontologia. (Julkunen 2008, 22.) Gerontologisesta sosiaalityöstä puhuttaessa viitataan sosiaalityöhön, joka suuntautuu iäkkäisiin ihmisiin. Siitä käytetään myös käsitteitä sosiaalityö vanhusten tai ikäihmisten kanssa, vanhussosiaalityö tai vanhustenhuollon sosiaalityö. Ikäihmisten sosiaalityöstä on siis kehittynyt erikoistumisalue sosiaalityön sisälle. Tällaista erikoistumista tarvitaan, jotta voimavaroja keskittämällä tiettyyn kohderyhmään saadaan erikoisosaamista ja palveluita voidaan kehittää. (Seppänen 2006, 11.)

Sosiaalityö kehittyy jatkuvasti, sillä se on aina sidoksissa oman aikansa yhteiskunnalliseen kehitykseen (Seppänen 2006, 13). Koskisen mukaan sosiaalityön kehittymisen alkuvaiheessa gerontologisella sosiaalityöllä ei ollut juuri lainkaan asemaa omana erityisalueenaan. Lähes olematon kiinnostus vanhustyötä kohtaan johtui muun muassa vähäisestä gerontologisesta tietämyksestä ja jopa kielteisestä suhtautumisesta vanhuksiin ja työskentelyyn heidän kanssaan. Jotkut sosiaalityöntekijät kokivat vanhustyön jopa oman ammattitaitonsa hukkaan heittämisenä. Lisäksi ammatillisen sosiaalityön alkuvuosikymmeninä vallinnut psykoanalyttinen näkemys ei tunnistanut vanhuutta merkityksellisenä elämänvaiheena. (Koskinen 1998, 48-49.) Yhteiskunnassa tapahtuu monia muutoksia, ikääntyminen yhtenä, joihin sosiaalityön täytyy

pystyä vastaamaan ammattina ja tutkimusalana (Koskinen 2008, 437). Mielestämme Active Art voisi toimia nykyisen gerontologisen sosiaalityön yhtenä uutena toimintamahdollisuutena.

4.1 Ikääntymisen uudet haasteet

Ikääntynyt asiakas voi tarvita sosiaalityön apua erilaisista psykososiaalisista syistä. Vaikeaan tilanteeseen voi johtaa esimerkiksi yksinäisyys, päihdeongelmat ja erilaiset elämänmuutokset. Myös ikääntyneiden kasvava moniongelmaisuus on yksi syy, miksi gerontologista sosiaalityötä tarvitaan. (Vaarama & Ahonen 2002, 59.) Myös näiden uhka saattaa johtaa sosiaalityön tarpeeseen (Seppänen 2006, 39). Ikääntyneillä on aivan samoja ongelmia kuin nuoremmillakin, mutta ne saavat iän myötä tiettyjä erityispiirteitä. Ikääntynyt joutuu kohtaamaan erilaisia menetyksiä ja luopumaan itselleen rakkaista asioista. Esimerkiksi läheisten ja aviopuolison kuolema, työpaikasta ja kodista luopuminen tai puolison laitokseen joutuminen voivat olla vanhuksen psyykkistä hyvinvointia vaarantavia tekijöitä. Lisäksi fyysisen kunnon heikkeneminen ja pelko omasta kuolemasta ovat vanhuudessa läsnä. Sosiaalityön kannalta erityisessä riskiryhmässä ovat yksinäiset tai sosiaalisesti eristäytyneet, hiljattain leskeytyneet, sairaalakierteeseen joutuneet, äkillisesti sairastuneet ja mielialaltaan alavireiset ikääntyneet. (Vaarama & Ahonen 2002, 60.)

Gerontologisen sosiaalityön vuosien 2005–2007 välisenä aikana toteuttaman kehittämishanke Soccan tavoitteena on ollut vahvistaa gerontologisen sosiaalityön asemaa osana pääkaupunkiseudun vanhuspalveluja. Soccan projektipäällikkö Assi Liikanen sanoo Sosiaaliportin puheenvuorossaan, että pitkään on ollut vallalla käsitys myös sosiaalitoimen ammattilaisten parissa, että vanhukset eivät tarvitse sosiaalityön tukea, vaan he tulevat toimeen omillaan, eläkkeellään ja elämäkokemuksellaan. Ajatellaan, että vanhustenhuollon koti- ja laitospalveluiden tehtävänä on hoitaa kaikki ikäihmisten ongelmat ja sosiaalityö kuuluu ennen kaikkea lapsille, aikuisille ja perheille. Kuitenkin erityisesti kaupungistuminen on tuonut uudenlaisia ongelmia vanhuksille, kuten ikäihmisten mielenterveysongelmat, muistihäiriöt, turvattomuus, syrjäytyminen ja alkoholin väärinkäyttö. (Liikanen 2005.)

4.2 Voimavaralähtöiseen työhön

Koskisen mukaan vanhustyössä lisääntyvän medikalisaation yhteydessä ”sosiaalisuuden” osuus jää helposti liian vähälle. Gerontologisen sosiaalityön suurena haasteena onkin taistella vanhuuden lääketieteellistämistä vastaan ja tuoda laajempi sosiokulttuurisen vanhenemisen malli käytännön vanhustyöhön. Onneksi viime aikoina ehkäisevän ja kuntouttavan sekä voimavaralähtöisen työotteen merkitys on tullut tärkeäksi osa-alueeksi. Ehkäisevä ja kuntouttava työote tukee ikääntyneen valtaistamista ja voimavaralähtöisessä sosiaalityössä kiinnitetään ongelmien sijasta huomiota ikääntyneen pätevyyteen ja osaamiseen. Tarkoituksena on nostaa esiin

ikäntyneen asiakkaan sosiokulttuurisia, sosiaalisia sekä psyykkisiä voimavaroja. Vanhaa ihmistä kannustetaan eikä tehdä liikaa puolesta. Sosiaalisen asiantuntijuuden yhtenä merkityksenä on, että tuetaan ja vahvistetaan ikäntyneen asiakkaan omaa kompetenssia, suoriutumista, sosiaalista toimintakykyä, elämänhallinnan mahdollisuuksia, ongelmanratkaisukykyä sekä toimijuutta. (Koskinen 2008, 439 & 443-447.) Active Art perustuu mielestämme juuri kaikkiin näihin voimavaralähtöisen työn periaatteisiin.

Kaiken kaikkiaan ammatillisen vanhustyön päämääränä ovat ikäntyneen ihmisen hyvinvoinnin, elämänlaadun, elämänhallinnan sekä turvallisuuden ylläpitäminen, edistäminen ja lisääminen. Tarkoituksena on luoda edellytyksiä mielekkäälle elämälle ja tasavertaiselle osallisuudelle ottamalla huomioon ikäntyneen ihmisen omat voimavarat. Epäilyt sosiaalityön mahdollisuuksista vanhusten parissa työskentelyssä olivat Koskisen mukaan aikaisemmin todellisia. Nykyisin on kuitenkin pystytty arvioimaan, että 70-80 prosenttia vanhuksista, jotka ovat olleet sosiaalityön asiakkaina, ovat hyötynneet siitä ja heidän elämäntilanteeseensa on saatu parantua. (Koskinen 2008, 437 & 447.)

5 Sosiokulttuurinen vanhustyö

Gerontologisen sosiaalityön lisäksi Active Artin taustateorianaa toimii mielestämme sosiokulttuurinen vanhustyö ja vanhuskäsitys. Sosiokulttuurisuus vanhustyössä voidaan määritellä sosiaalisena kontekstina, joka liittyy yhteiseen vuorovaikutukseen ikäntyvän elämänkulun ja elämänhistorian sekä ikäntymisen paikat ja yhteiskunnan. Näin yksilön elämänkulku sekä yhteiskunnan historiallinen aika ja kulttuuri muodostavat monisäikeisen toisiinsa kytkeytyvien asioiden kokonaisuuden. Sosiaalinen konteksti on keskittymistä ikäihmisten voimavaroihin, kokemuksiin, ikäntymisen paikkoihin ja erilaisiin tapoihin yrittää ymmärtää ikäntymistä. Ikäerityisyys puolestaan on osa merkityskokonaisuutta, jossa ikäihmiset nähdään aktiivisina toimijoina. Sosiokulttuurisuus liittyy myös toimintaan, mikä korostaa yksilöllisten ja sosiaalisten prosessien vuorovaikutuksellisuutta ja kulttuurista rakentumista, ja sillä tavalla sekä uudistaa että vahvistaa sekä yksilöllisiä että yhteisöllisiä voimavaroja. (Hakonen 2008, 33.)

Hakosen mukaan juuri taide- ja kulttuuritoiminta voisi antaa ikäntyvälle roolin kulttuurisena tuottajana ja tuottaa sekä yksilökohtaisia että yhteisöllisiä voimavaroja. Taide- ja kulttuuritoiminta aktivoi tunteita, vuorovaikutusta ja jakamista. Ikäntyvä voi saada myönteisiä kokemuksia omasta osaamisestaan ja pätevydestään, mikä taas vahvistaa identiteettiä, itseymmärrystä sekä suuntaa omaa kasvua ja kehitystä. Ikäntyvä voi tällöin parhaimmillaan eheytyä ja tuntea omien elämäntavoitteidensa toteutuvan. (Hakonen 2008, 141-143.) Ikäntyneelle on tärkeää löytää toimintamahdollisuuksia eikä vain tunnista sairauden aiheuttamia rajoituksia. Kuntoutuksella pyritään luomaan uusia mahdollisuuksia ja vaihtoehtoja. Toiveikkaus ja toivon

herääminen ovat keskeisiä tekijöitä, jotka tukevat elämänlaadun ja mielekkyyden kokemuksen säilyttämistä mahdollisimman pitkään. (Heimonen & Voutilainen 2006, 19.)

Ikääntyvillä on yhtäläinen oikeus kuntoutukseen ja taiteen tekemiseen kuin muillakin. WHO määrittelee kuntoutukseksi ne toimenpiteet, jotka vähentävät toiminnanvajavuutta ja siitä aiheutuvia haittoja sekä auttavat henkilön integroitumista yhteiskuntaan (Pirttilä 2004, 12). Hakonen kirjoittaaakin: "Kun ikääntyvät ovat taiteen ja kulttuurin toimijoina tasavertaisina yhteiskunnassa, se vahvistaa myönteistä ikäkulttuuria ja yleensä valtaistaa ikääntyviä." Taide siis eheyttää identiteettiä ja tuottaa pätevyyden tunnetta sekä on esteettinen kokemus. Yksilöllisen kokemuksen lisäksi taide on usein yhteisöllistä ja vuorovaikutuksellista, jolloin se näin tuottaa vertaistukea ja rikastuttaa eri sukupolvien kanssakäymistä. (Hakonen 2008, 144.) Jo virike- ja päivä kuntoutustoiminnalla on huomattu olevan psyykkisiä voimavaroja tukeva vaikutus (Viramo 1998, 77).

Liikasen mukaan taide- ja kulttuuritoiminnalla lisätään sosiaalista pääomaa vahvistamalla verkostoja, tukemalla yhteisöjä sekä ehkäisemällä sosiaalista syrjäytymistä. Taide antaa luovuutta, esteettisiä elämyksiä ja herkistää aisteja. Taiteella voidaan monin keinoin herätellä kokemusmaailmaa, mielen maisemia ja virkistää muistia. (Liikanen 2004, 73.) Omien taitojen harjaannuttaminen, ylläpito sekä uuden oppiminen motivoi ikääntyneitä ja erityisesti niitä ikääntyneitä, jotka ovat itse toimineet taiteilijoina tai harrastaneet taidetta (Lundahl, Hakonen & Suomi 2007, 258).

Lundahl, Hakonen ja Suomi kirjoittavat, että taide- ja kulttuuritoiminta edellyttää vanhuustyössä sosiokulttuurista näkemystä ammatillisen työn tietoperustasta ja käytännön toiminnasta. Lisäksi tarvitaan monitieteistä lähestymistapaa sekä vuoropuhelua tieteen ja taiteen kesken. Yksilöllisten merkitysten lisäksi taide on yhteisöllisesti tuotettua ja jaettua sekä taide kiinnittyy niin aikaan ja paikkaan kuin sosiaaliseen ja kulttuuriseen traditioon. Sosiaalialan tietoperustaa ja ammattikäytäntöä tulisi lähentää niin, että ikääntyvien luovuus ja taiteen terapeuttisuus saisivat enemmän tilaa tutkimuksessa, koulutuksessa ja käytännön toiminnassa. Varsinaista tutkimusta taide- ja kulttuuritoiminnasta ikääntyvien parissa on vielä varsin vähän. (Lundahl ym. 2007, 253 & 255 & 259.)

6 Sosiokulttuurinen innostaminen

Sosiokulttuurinen innostaminen (animation socioculturelle) syntyi Ranskassa toisen maailman sodan jälkeen. Sitä tarvittiin avuksi rakentamaan sodan alle sortunutta ja tukahtunutta yhteiskuntaa uudestaan demokraattisen vapauden, veljeyden ja tasa-arvon yhteiskunnaksi. Kurki kirjoittaa kirjassaan Innostava vanhuus: "Innostaminen on pedagoginen liike, jonka tavoite on

saada ihmiset osallistumaan oman elämänsä ja yhteisönsä elämän aktiiviseen ja tiedostavaan rakentamiseen. Innostaminen on elämän ja hengen antamista ja suhteeseen asettumista.” (Kurki 2007, 69-70.) Mielestämme Active Art perustuu juuri jokaisen tasa-arvoiseen oikeuteen osallistua yhteisöön, mitä toteutetaan innostamalla yksilöt taiteen keinoin. Active Artissa ikääntyneet ovat itse aktiivisia taiteen tuottajia eikä passiivisia katsojia. Osallistumisen on mahdollista tuoda yksilölle tunteen tarpeellisuudesta sekä yhteisössä että oman elämän aktiivisena toimijana.

Osallistuminen on innostamisen perusta, joten on pyrittävä luomaan osallistumisen prosesseja ensiksi niin, että herätellään ihmiset omaan aloitteellisuuteen ja vastuullisuuteen. Seuraavaksi sosiaalisia verkkoja dynamisoidaan ja ihmisiä rohkaistaan liittymään eri muodoin yhteen. Osallistumisen lopullinen tavoite on, että jokainen ihminen pystyisi vastuullisesti rakentamaan niin nykyhetkeään kuin tulevaisuuttaan sekä persoonallisesti että yhteisöllisesti. (Kurki 2007, 69-70.) Active Art -koulutuksessa korostettiin ryhmäläisten oman aktiivisuuden tukemista. Kaikki ovat toteuttajia eikä kenenkään puolesta tehdä. Taiteellinen vapaus luo matalan kynnyksen tekemiselle eikä yhtä oikeata mallia lopputulokselle ole. Näin jokaisen työ on persoonallinen ja arvokas ja sitä kautta ryhmäläiset voivat saada tunteen myös omasta arvokkuudesta ja osaamisesta.

Innostamisen rakenteissa on Kurjen mukaan joka hetki mukana kolme ulottuvuutta: pedagoginen, sosiaalinen ja kulttuurinen ulottuvuus. Näiden avulla tuetaan ihmisen yhteisöllistä sitoutumista sekä hänen persoonallisten arvojensa kehittymistä. Innostamisella ei varsinaisesti ole omia toimintamenetelmiä, vaan ne haetaan moninaisesti eri tieteiden piiristä. Osallistava pedagogiikka, jonka avulla ihmiset saadaan vuorovaikutukseen toistensa kanssa, on kuitenkin kaikkien menetelmien perusta. (Kurki 2007, 71) Myös Active Artissa toimii samaan aikaan monia eri teorioita ja ulottuvuuksia. Kokemuksemme mukaan voimme sanoa, että yksilöllinen ja yhteisöllinen taso ovat jatkuvasti läsnä. Kasvua molemmilla tasoilla tapahtuu jatkuvasti ollessa vuorovaikutuksessa muiden ryhmäläisten ja ohjaajan kanssa sekä aktivoimalla omia aisteja ja kokemusmaailmaa.

Kurjen mukaan ikäihmisillä on olosuhteista riippumatta yhteisenä ominaisuutena, että heillä on käytettävissään paljon aikaa. Tätä aikaa ei kuitenkaan osata käyttää, vaikka terveys ja muut olosuhteet olisivat hyviä. Huonoissa olosuhteissa ja laitoksissa elävillä vanhuksilla ajankäytön ongelmat ovat kaikista suurimpia. Ongelmana on myös se että suurin osa vanhuksista ei ole valmistautunut vapaan ajan ja sen valintojen edellyttämään luovuuteen ja osallistumiseen. Tähän he tarvitsevat tukemista. Sosiokulttuurisen innostamisen keinoin ikääntyvät voidaan motivoida ja herkistää osallistumiseen ja aktiivisuuteen niin, että he voivat mahdollisuksiensa mukaan osallistua oman itsensä ja yhteisönsä kehittämiseen. Innostamisen aktiviteetit toimivat hyvin silloin, kun ikäihmiset voivat itse vapaasti valita toiminnat, jotka tuotta-

vat hyvinvointia ja mielihyvää. Työntekijän roolina on mahdollistaa materiaaliset ja henkiset välineet, joita toimintaan tarvitaan. (Kurki 2007, 16.) Active Artissa painotetaan juuri omaa valintaa taidetta tehdessä. Näin yksilö voi saada tunteen valintojen mahdollisuuksista, omasta tahdosta ja elämänhallinnasta. Ohjaaja toimii työskentelyn mahdollistajana samaan aikaan tukien itse työskentelyä ja luoden toiminnalle turvallisen ilmapiirin.

Ikääntyneillä sekä yksilöinä että ryhmänä on omat erityispiirteensä kuten esimerkiksi ikä, eläkkeelle siirtyminen, erilaiset muutokset perheessä ja parisuhteessa, sairaudet ja muut fyysiset muutokset, mahdolliset asumistavan muutokset, vapaa ajan runsaus ja niin edelleen. Tarvitaan siis monenlaisia ohjelmia, projekteja ja prosesseja, jotta ihmiset kykenisivät toteuttamaan itseään persoonina, olemalla osana yhteisöllistä elämää ja integroimaan laajempaan yhteiskuntaan. Tämän tulisi tapahtua myönteisellä ja osallistuvalla tavalla eli ikääntyneiden omaa ääntä kuultaisiin ja heitä arvostettaisiin. (Kurki 2007, 83.)

7 Taide kuntouttajana

Tutkiessa Active Art -toiminnasta saatuja kokemuksia tulee pohtia, miksi juuri taidetoiminta ja sen kehittäminen on tärkeää ikäihmisten parissa. Tarkastelemme seuraavassa taidetta ilmaisun keinona ja sen vaikutusmahdollisuuksia yleisesti ja myöhemmin syvennymme taiteen käyttöön juuri ikäihmisten parissa.

Käsitettä taide käytetään laaja-alaisesti kuvaamaan erilaisten metaforien kautta tapahtuvaa ei-selittävää ilmaisua, sekä sellaista ilmaisua, jolle voidaan löytää sensorisia vastineita eri aistialueilta. Mikä tahansa kehon kielellä äänen, musiikillisten elementtien tai visuaalisten kuvien kautta ilmaistu sekä sadun, tarinan tai runon muotoon puettu tunne tai ajatus ymmärretään taiteen kielellä tapahtuvaksi ilmaisuksi. (Hentinen 2007, 30.) Ojakangas kiteyttää kirjoituksessaan taiteen olemuksen osuvasti sanoessaan, että taide on vapauden tila (Ojakangas 2007, 20).

Heinäsen mukaan taide on keino ilmaista merkityksiä, joille ei aina löydy sanallista ilmaisua. Mielikuvissa, päiväunelmissa ja peloissa ilmaistut piilotajuiset ajatukset ja tunteet heijastetaan välittömämmin kuviin kuin sanoihin. Hänen mukaansa taide ei tuota näkyvää, vaan se pikemminkin saattaa näkyväksi. Taidetyöskentelyn kautta on mahdollista saada yhteys vähemmän tiedostettuihin puoliin itsessä. (Heinänen 1998, 85-86.) Taide voi myös auttaa kohtaamaan jonkin vaikean tilanteen. Tilanteen luonteen kohtaaminen voi sattua, mutta se voi myös käynnistää paranemiseen johtavan prosessin, missä taide toimii liikkeelle panevana voimana. Lisäksi taide voi antaa vinkkejä tai näyttää tietä ihmisenä olemisen pohtimiseen ja oman identiteetin rakentamiseen. (Sederholm 2001, 14-15 & 17). Välillä tunteita on vaikeaa

ilmaista sanallisessa muodossa. Tunteiden purkuun ja muistojen käsittelemiseen taide voisi olla hyvä väline.

Taidetoiminnassa tuotettu kuva tavoittaa usein sellaisia mielen tasoja ja kohtia, joihin muulla tavoin ei ulotuta. Kuvat edustavat mielen eri puolia ja tasoja. Ne voivat olla pinnallisia tai pelkästään vanhan ja kaavamaisen toistoa, mutta silloinkin omalla tavallaan tarkoituksenmukaisia. Ne voivat olla myös syvällisempiä ja aidompaa ilmaisua kuin tekijä itse tulee edes ajatelleeksi. On tärkeää huomioida, että taidetyöskentelyssä ei aseteta vastakkain fantasian sisäistä maailmaa ja todellisuuden ulkoista maailmaa, kuten usein tehdään. Mielikuvat ja taiteen kuvat ovat nimenomaan psyyken kieltä, joka toimii välittäjänä sisäisen ja ulkoisen välillä, edustaen molempia. Yksi taidetyöskentelyn tärkeimpiä anteja on juuri kuvittelukyvyn parantaminen. (Mantere 2000, 14-16.)

Kuvien ja kuvan tekemisen prosessin kvaliteetteja tiedostava ja nimeävä tarkastelu ja muu kuvista käyty eläytyvä keskustelu auttavat tätä kehitystä. (Mantere 2000, 14-16.) Taidetyöskentely mahdollistaa aina tuotettujen kuvien merkitysten löytämisen, oivaltamisen ja yhteyksien luomisen muillakin kuin vain kognitioiden tasolla. Se koskettaa kehoa ja aisteja tarjoten samalla vapauden mielikuvien syntymiselle sekä tunteiden heräämiselle. (Rankanen 2007, 43.) Active Artissa korostetaan juuri taidetyöskentelyn purkuvaihetta. Jokaisen session lopuksi pidetään arvostuskierros, jossa jokaisen työ käydään läpi ja sitä arvostetaan. Töitä siis arvostetaan eikä arvostella. Omien kokemuksiemme mukaan arvostuskierros nousi usein tärkeimmäksi taidetyöskentelyn vaiheeksi. Vasta työtä tarkastellessa ja siitä kertoessa saattaa nousta esiin erilaisia tarkoituksia. Muiden positiivinen arvostaminen lisää omanarvontuntoa ja uskoa osaamiseen.

Taidetoiminnan antama apu perustuu muun muassa siihen, että yksinkertaiseenkin omaehtoiseen ilmaisuun houkuttelu tai auttaminen on ensimmäinen askel pois raskaasta toivottomuudesta. Ihminen alkaa löytää iloa ja merkitystä juuri siinä kokemuksessa, joka hetki hetkeltä virtaa elämän prosessissa itsessään. Menneisyyden taakan ja pelkojen hetkellinenkin putoaminen harteilta antaa kokemuksellisen pilkahduksen toivosta, mahdollisuudesta johonkin myönteiseen. (Mantere 2007, 17.) Taidetyöskentelyssä syntyvä rytmi ja liike voivat itsessään muodostua hoitaviksi, rentouttaviksi tai vapauttaviksi kokemuksiksi. Ne tarjoavat kontaktin omaan ruumiiseen ja läsnäoloon juuri siinä hetkessä. Niiden kautta on myös mahdollista saavuttaa muutoksia kehossa ja liikeradoissa. (Rankanen 2007, 69.)

Voimakas kinesteettinen työskentely kuten saven hakkaaminen, liiduilla sotkeminen, maalin roiskiminen tai työn repiminen mahdollistaa myös negatiivisten tunteiden kuten vihan, pelon ja ahdistuksen ilmaisun, mikä voi tapahtua joko tietoisesti tai tiedostamatta. Kinesteettinen toiminta voi myös toimia motorisia muistoja ja liiketoiminnan oikeaa järjestystä stimuloivana

korjaavana tekijänä esimerkiksi halvaantumisten ja Alzheimer-potilaiden kanssa työskennellessä. Haptinen aistiärsytys voi ohittaa vaurioituneet aivoalueet ja auttaa muistojen uudelleen järjestymisessä. (Rankanen 2007, 68.)

Active Art sessioiden kulku perustuu aistien herättämiseen. Omenaa piirrettäessä sitä ensin haistellaan, maistellaan ja tarkastellaan sen muotoja. Jokaista aistia herättelemällä saadaan kokonaisvaltaista esteettistä kokemusta. Miksi tällainen moniaistinen työskentely sitten on aiheellista? Rankasen mukaan sensorisella eli aistimuksellisella tasolla ilmaisu ja vuorovaikutus tapahtuvat aistien kautta. Taidetyöskentelyssä sensorinen taso liittyy näköaistimusten lisäksi useimmiten taidemateriaalien käsittelyssä koettuihin tuntoaistimuksiin, mutta myös muut aistimukset integroituvat työskentelykokemuksessa ja kuvaa katsottaessa. Hidas tempo ja rauhoittuminen sekä ulkoisten ärsykkeiden rajoittaminen mahdollistavat sensorisen tason kokemuksia. Ulkoisten esineiden sensorinen tutkiminen kehittää sisäisten tuntemusten havainnointia ja voi mahdollistaa kontaktin omiin tunteisiin sekä aistimuistoihin. Elävät aistikokemukset tuovat mieleen eläviä muistoja ja harjaannuttavat samalla aistimusten havainnointia sekä toisinpäin: elävät muistot tuovat kuviin elävyyttä. Sensorinen kuva voikin olla joko ulkoinen konkreettinen kuva tai sisäinen mielikuva. (Rankanen 2007, 68.)

Taidetyöskentelyssä on joskus mahdollista saavuttaa syvä niin sanottu flow-tila. Keskittyneessä taiteen tekemisen flow-tilassa minätietoisuus usein katoaa ja taideteoksen tekijä ja itse teos ovat jonkin aikaa yhtä. Ilmaisun ulkomuoto, sekä sen merkityssisältö, joiden luomisessa myös keho on mukana, saattaa tiedostamatta liittyä henkilön perustavanlaatuisiin kokemusmalleihin. Flown voi ymmärtää jumiutuneen toiston tai kehässä kiertämisen, lukkiutumisen ja siihen liittyvän avuttomuuden tai toivottomuuden vastakohtana. (Mantere 2007, 17.)

7.1 Taiteen käyttö ikääntyneiden parissa

Emme perehdy taideterapiaan itsessään käsitellessämme Active Artia, vaikka siitä löytyykin paljon taideterapeuttisia elementtejä. Active Art ei kuitenkaan ole taideterapiaa sen perinteisessä viitekehyksessä, sillä taideterapia määritellään niin, että se ei ole taideharrastus, taidekasvatusta eikä taideopetusta (Mantere 2000, 14). Active Art on aivan omanlaisensa toimintatapa, joka on vasta muotoutumassa Suomessa. Voimmekin puhua Active Artin kohdalla ennemmin taiteen terapeuttisesta ja kuntouttavasta käytöstä ryhmässä kuin taideterapiasta.

Taiteen terapeuttinen käyttö on tapa lähestyä esimerkiksi dementoituvaa vanhusta sekä auttaa häntä purkamaan tunteitaan. Taide voi olla osa kokonaisvaltaista hyvää hoitoa eikä sen käyttö aina maksa paljon tai vaadi suuria resursseja. Ohjattu taidestimulaatio voi lisätä merkittävän paljon vanhuksen luovuutta, sosiaalista kanssakäymistä sekä onnellisuuden tunnetta. Taidetyöskentelyn avulla voidaan ehkäistä apatiaa, vahvistaa vanhuksen identiteettiä sekä

esimerkiksi torjua negatiivisia laitostumisoireita. (Heinänen 1998, 96.) Taide saattaa pysäyttää ikäihmisen pohtimaan syviäkin elämänfilosofisia kysymyksiä, sillä hän kokee taiteen suhteessa omaan muuttuneeseen tilanteeseensa esimerkiksi sairaana tai toisten avun varassa elävänä ihmisenä. (Liikanen 2004, 64.)

Ikääntyessään ihminen joutuu kohtaamaan erilaisia narsistisia koettelemuksia, kuten työn tuoman sosiaalisen aseman ja arvonannon, terveyden ja kykyjen, läheisten, omaisten ja ystävien menetyksiä. Mikäli ikääntyvä itse ei kykene kohtaamaan elämänvaiheeseensa kuuluvia narsistisia haasteita, kuten työn tuoman sosiaalisen aseman ja arvonannon, terveyden ja kykyjen, läheisten, omaisten ja ystävien menetyksiä ja mukautumaan niihin sekä löytämään kypsiä ikääntyvää itseä, esiintyy monenlaista oireilua. Oireilu saattaa ilmetä esimerkiksi liiallisina häpeän kokemuksina epäonnistuessa sekä omanarvontunnon romahtamisena, ellei ikääntyvä enää saa ympäristöltään tarvitsemaansa vastakaikua tekojen kautta. Taidetyöskentelyssä ikääntyvällä on mahdollisuus itse maalaamalla, piirtämällä ja muiden taidetyöskentelyn keinoin palauttaa historiallinen identiteettinsä eri vaiheineen, kokemuksineen ja arvomaailmoineen. Kuvailmaisun avulla on mahdollista tavoittaa nimenomaan tunnetasolla koettua, kokemuksia joita verbaalinen kieli ei tavoita. (Leijala 1999, 90-92.)

Erilaiset taide- ja kulttuuritoiminnot tuovat mahdollisuuksia toteuttaa kotihoidossa tai hoitolaitoksessa olevan vanhuksen luomisen vapautta, tarvetta tehdä kulttuurisia valintoja ja virittelee elämänsä parempaan sopusointuun itsensä ja ympäristönsä kanssa. (Liikanen 2004, 63.) Taide-elämykset tulisi voida sovittaa aina ikääntyneen kulttuuritaustaan ja kiinnostuksen kohteisiin. Ikääntynyt ihminen, joka on koko elämänsä ollut luova, säilyy luovana myös hoitolaitoksessa. Hoitolaitoksen velvollisuutena on tarjota mahdollisuuksia luovuuteen ja taide-elämyksiin sekä tukea asiakkaan omaa kulttuuritaustaa ja näin madaltaa ympäröivän yhteiskunnan ja laitoksen välillä olevaa kynnystä. (Liikanen 2004, 64.)

Taide- ja kulttuuritoiminta sosiaalisten ja psyykkisten voimavarojen uudelleen rakentajana tulee ymmärtää ikääntyvien yhtäläiseksi oikeudeksi kuin huolenpito heidän fyysisistä voimavaroistaan. Taide- ja kulttuuritoiminta on ymmärrettävä ehkäiseväksi työksi, joka ylläpitää voimavaroja sekä auttaa kokemaan elämän mielekkääksi ja merkitykselliseksi. Ehkäisevä työ myös myöhentää raskaiden palveluiden tarvetta, mikä on palveluorganisaation näkökulmasta suotuisaa. Ikääntyvien taide- ja kulttuuritoiminta on jäänyt marginaaliin tutkimuksessa, koulutuksessa ja ammattikäytännöissä. Lundahl, Hakonen ja Suomi ovat vakuuttuneita, että kulttuuriset innovaatiot voimaannuttavat toimijansa. (Lundahl ym. 2007, 269) Hakosen mukaan ikääntyneiden psyykkisten voimavarojen ylläpitäminen on sekä yksilöä että koko yhteisöä voimaannuttavaa (Hakonen 2008, 128).

8 Aikaisemmat tutkimukset

Pohdittaessa, voiko taide toimia kuntouttavana työmuotona ikääntyneiden parissa ja minkälaisia kokemuksia se heissä herättää, on hyvä tarkastella aikaisemmista tutkimuksista saatuja tuloksia. Aikaisempia tutkimuksia tarvitaan myös perustellessa Active Art -toiminnan tarpeellisuutta. Seuraavassa olemme esitelleet kaksi Suomessa toteutettua hanketta, KEINU- ja Arts in Hospitals -hanke, sekä lisäksi kaksi taideterapiasta saatua tulosta. Vaikka Active Art ei ole taideterapiaa, siinä on paljon samankaltaisia elementtejä ja siksi voimme tarkastella myös kahta taideterapiasta ikääntyneiden kanssa saatuja tuloksia.

Pohjois-Karjalan ammattikorkeakoulun KEINU - taiteilijat vanhusyhteisön arjessa -hanke (2006-2007) kehitettiin toimintamallia taiteilijoiden ja vanhuspalvelujen yhteistyölle Pohjois-Karjalan kunnissa ja yksityisissä vanhusyksiköissä. 11 taiteilijaa kuvataiteen, musiikin, teatterin, kirjallisuuden, käsityön ja tanssin aloilta suunnitteli, toteutti ja arvioi taide- ja kulttuuri-toimintaa yhdessä vanhustyöntekijöiden ja vanhusten kanssa 12 kunnallisessa ja yksityisessä vanhusyhteisössä Pohjois-Karjalassa. Taiteilijat työskentelivät vanhusyksikössä kymmenen tuntia kuukaudessa. Etenkin laitoksissa asuvat vanhukset saivat etupäässä vaihtelua ja virkistystä usein samankaltaisiin päiviinsä. Yhdessä tekeminen musiikin, käsitöiden, runojen ja tarinoiden, muistelun ja tanssin keinoin tarjosi vanhukselle virikkeitä, iloa ja värejä arkeen. Hankkeen aikana havaittiin muun muassa vanhusten muistin virkistymistä, masennuksen lievittymistä, aktiivisuuden lisääntymistä sekä erilaisten voimavarojen löytymistä. (KEINU 2006-2007)

Arts in Hospital oli alun perin YK:n ja Unescon vuonna 1990 käynnistämä hanke, joka laajeni kansainväliseksi ja Suomikin liittyi hankkeeseen mukaan. Arts in Hospital -hankkeen tavoitteena oli taiteen avulla lisätä hoitolaitosten viihtyvyyttä, integroida taide- ja kulttuuritoiminta osaksi sosiaali- ja terveydenhuollon hoitotyötä sekä tuottaa laitoksissa oleville henkilöille taidenautintoja. Hanna-Liisa Liikanen on väitöskirjassaan tutkinut Arts in Hospital -hankkeen tavoitteiden toteutumista itäsuomalaisten hoitoyksiköiden arjessa, joista yhtenä yksikkönä oli vanhainkoti. Liikasen tekemissä teemahaastatteluissa kävi ilmi, että taide- ja kulttuuritoiminta tempaisi mukaansa ja se sai mielen liikkumaan pois arjesta ja nykyhetkestä; vanhoihin aikoihin, tapahtumiin ja mielen maisemiin. Taide vapautti, antoi elämyksiä ja kokemuksia, jotka sitten kantoivat arjen ja oman sairauden yli. Useat kertoivat taiteen koskettavan sisäisiä tunteja. Taidetoiminta vei myös yksinäiset ajatukset muualle. Yhdessä oleminen ja tekeminen toivat hoitoyhteisöön kaivattua iloa ja toisen läheisyyttä. Liikasen mukaan taide- ja kulttuuritoiminnalla voidaan välillisesti lisätä yhdessäoloa ja solmia ystävyys-suhteita. (Liikanen 2003, 10 & 115-121.)

Yhdysvalloissa on käytetty taideterapiaa dementiapotilaiden hoidossa jo varsin pitkään. Heinänen esittelee artikkelissaan taideterapeutti Judith Waldin näkemyksiä taideterapiasta vanhusten parissa. Wald on kehittänyt dementiapotilaiden tutkimus- ja hoitomenetelmiä Cornellin yliopiston lääketieteellisen collegen dementiatutkimuskeskuksen päiväsairaalassa. Waldin mukaan piirtämistehtävät auttavat saamaan käsityksen häiriön asteesta orientaatioissa, muistissa, käsitteellisessä ymmärtämisessä, havaitsemisessa ja kyvyssä seurata ohjeita. Taidetyöskentely terapeuttisena menetelmänä antaa tietoa sekä vanhuksen vahvoista puolista että esimerkiksi Alzheimerin taudin aiheuttamista puutteista ja potilaan emotionaalisesta reagoinnista omaan tilanteeseensa. Arvioimalla vanhuksen tekemissä kuvissa ilmenevää minän regressiota saadaan käsitys esimerkiksi psyykkisen häiriön vaikeusasteesta. (Heinänen 1998, 88.)

On olemassa ainoastaan yksi kliinistä vaikuttavuutta todentava tutkimus taideterapian käytöstä dementiaa sairastaville. Taideterapiaryhmä kesti kymmenen viikkoa ja osallistujat olivat keskivaikeasti ja vaikeasti dementoituneita. Tuloksena saatiin, että vanhusten masennus väheni huomattavasti ja samanaikaisesti huomiokyky parani. Lisäksi havaittiin kehitystä sosiaalisuudessa, älyllisessä aktiivisuudessa ja fyysisessä toimintakyvyssä sekä rauhallisuudessa. (Ran-kanen 2007, 60.)

9 Tutkimuksen tarkoitus

9.1 Menetelmälliset lähtökohdat

Opinnäytetyömme on tutkielmatyyppinen opinnäytetyö. Laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimusmenetelmä sopi tutkielmaamme, koska siinä keskitytään usein pieneen määrään tapauksia ja pyritään analysoimaan niitä mahdollisimman perusteellisesti (Eskola & Suoranta 2001, 18). Laadullisessa menetelmässä lähtökohtana on juuri todellisen elämän kuvaaminen (Hirsijärvi, Remes & Sajavaara 2007, 157), mikä oli meidän tutkielmamme ensisijainen tarkoitus. Halusimme kuvata ikääntyneiden omia kokemuksia Active Art -ryhmissä, emmekä esimerkiksi, montako osallistujaa kulloinkin oli tai kuinka monta kertaa ryhmäläinen tarttui siveltimeen. Onnistumisen ja ilon tunnetta on vaikea mitata mittareilla ja luvuilla ja halusimmekin päästä avaamaan Active Art -toiminnan vaikutuksia osallistujiin kuvaavan tekstin kautta.

Tutkielmamme tarkoitus on kuvaileva. Kuvaileva tutkimus esittää tarkkoja kuvauksia henkilöistä, tapahtumista ja tilanteista sekä dokumentoi ilmiöistä keskeisiä ja kiinnostavia piirteitä. Kuvailevan tutkimuksen tutkimuskysymys on; Mitkä ovat tässä ilmiössä esiin tulevat näkyvimmat käyttäytymismuodot, tapahtumat ja prosessit? (Hirsijärvi ym. 2007, 135.) Me halusimme tuoda esiin Active Art -ryhmäläisten mahdollisimman todenmukaisen kokemuksen.

Kvalitatiiviselle tutkimukselle tyypillistä on, että tutkimussuunnitelma muotoutuu tutkimuksen edetessä. Tutkimusta toteutetaan joustavasti ja suunnitelmia muutetaan olosuhteiden mukaisesti. (Hirsijärvi ym. 2007, 160.) Tällaisessa tutkielmassa, jota ohjaa oma kiinnostuneisuus tärkeään asiaan sekä aikaisemmin aukikirjoittamaton tieto, tarvitaan juuri joustavuutta ja pehmeyttä. Tarkoituksenamme on prosessin aikana ollut antaa mahdollisuus joustavuudelle, sillä tärkeintä on saada ikääntyneiden ääni kuuluviin.

9.2 Aineistona loppuraportit

Opinnäytetyömme aineistona on Active Art Pilotti II:n toimintaryhmien ohjaajien kirjoittamat loppuraportit keväältä 2007. Kunkin toimintaryhmän ohjaajat, eli työntekijä ja opiskelija työpari yhdessä, kirjoittivat raportin, jossa he kuvasivat toimintakertoja sekä havaintojaan niiden aikana. Raportteja on yhteensä seitsemän. Osassa aineistoa esiintyy ikäihmisten omia lausumia ja kertomuksia, mutta suurin osa aineistosta on ohjaajien havainnointia ja osin myös tulkintaa asiakkaidensa kokemuksista.

Aineistossa on mukana myös omat raporttimme omien ryhmiemme toiminnasta. Haasteena tutkielman toteutuksessa onkin meidän kaksoisroolimme. Olimme sekä vetämässä itse Active Art -ryhmiä että nyt tutkimassa kaikkien Pilotti II -ryhmäläisten kokemuksia. Olemme siis sekä kokijoita että objektiivisia tutkielman tekijöitä. Aineistoa tarkastellessamme olemme kuitenkin pyrkineet jättämään omaa kokemustamme hieman enemmän taustatekijäksi ja tarkastelemaan aineistoa pikemminkin objektiivisesti. Tulee kuitenkin muistaa, että raportit ovat ohjaajien omaa tulkintaa ryhmätilanteista ja kuten Paula Sajavaara kirjoittaa, tutkimusteksti on aina tutkijan tulkintaa tietyistä aineistosta ja tietyistä lähteistä (Hirsijärvi ym. 2007, 292).

Aineiston saimme valmiina. Emme ole vaikuttaneet raporttien rakenteeseen, emmekä sen sisältöön. Raporttien kirjoittamista varten oli etukäteen Active Art -koulutuksessa annettu suuntaa antavaa ohjeistusta, mutta mitään varsinaista strukturoitua mallia ei ollut. Aineiston haasteena on raporttien suhteellisen vähäinen määrä sekä raporttien sisällön vaihteleva taso. Osa raporteista oli laajoja ja reflektioivia, osa taas lyhyitä ja keskittyneitä enemmän toiminnan kuvaukseen. Opinnäytetyömme aineisto koostuu ainoastaan Active Art Pilotti II:n raporteista.

9.3 Aineiston analyysimenetelmät

Analysioimme opinnäytetyömme aineiston käyttäen sisällönanalyysiä, joka on laadullinen tutkimusmenetelmä. Laadullisen eli kvalitatiivisen tutkimuksen tyypillisiä piirteitä ovat, että se on luonteeltaan kokonaisvaltaista tiedon hankintaa, missä aineisto kootaan luonnollisissa ja todellisissa tilanteissa, se suosii ihmistä tiedon keruun välineenä sekä sen kohdejoukko vali-

taan tarkoituksenmukaisesti eikä satunnaisotoksen menetelmää käyttäen. Sisällönanalyysissä tutkimuksen mielenkiinnon kohteena ovat kielen piirteet juuri kommunikaationa ja sen sisältö. (Hirsijärvi ym. 2007, 160 & 162.)

Sisällönanalyysi on menetelmä, jolla voidaan analysoida kirjoitettua ja suullista kommunikatiota. Sen avulla voidaan myös tarkastella asioiden ja tapahtumien merkityksiä, seurauksia sekä yhteyksiä. Sisällönanalyysi on kerätyn tietoaineiston tiivistämistä niin, että tutkittavia ilmiöitä voidaan lyhyesti ja yleistävästi kuvailla ja että ilmiöiden väliset suhteet tulevat selkeinä esille. Sisällönanalyysin avulla voidaan tehdä havaintoja tutkimusaineistosta ja analysoida niitä systemaattisesti. Samanlaisuudet ja erilaisuudet erotetaan tutkimusaineistosta ja aineistoa kuvaavien luokkien tulee olla toisensa poissulkevia. (Latvala & Vanhanen-Nuutinen 2003, 21 & 23.)

Valitsimme sisällönanalyysin analyysimenetelmäksemme, koska pyrimme järjestämään, kategorisoimaan ja käsitteellistämään laajan aineistomme. Sen jälkeen, kun aineisto saadaan luokiteltua systemaattisesti, pystymme tuomaan esille aineistosta nousevia yhtäläisyyksiä ja tarkoituksia. Sisällönanalyysi voidaan toteuttaa joko induktiivisesti (yksittäisestä yleiseen) eli aineistolähtöisesti tai deduktiivisesti (yleisestä yksittäiseen), jolloin analyysiä ohjaa aikaisempaan teoriaan tai tutkimukseen perustuva luokitusrunko. Käytämme työssämme induktiivista eli aineistosta lähtevää analyysia. Siinä pyritään luomaan tutkimusaineistosta teoreettinen kokonaisuus, jossa analyysiyksiköt valitaan aineistosta tutkimuksen tarkoituksen ja tehtävänasettelun mukaisesti. (Tuomi & Sarajärvi 2003, 95-97.) Päädyimme aineistolähtöiseen analyysiin, koska emme olleet luoneet työllemme etukäteen teoreettista viitekehystä. Aineistomme siis ohjasi teoreettisen viitekehysten muodostumista.

Sisällönanalyysin ensimmäinen vaihe on analyysiyksikön määrittäminen. Analyysiyksikön valintaa ohjaavat tutkimustehtävä ja aineiston laatu. Analyysiyksikkö voi olla lause, lausuma tai ajatuskokonaisuus. Aineistolähtöisessä sisällönanalyysissä aineistoa lähdetään ensimmäiseksi purkamaan pelkistämisen avulla. Pelkistäminen tarkoittaa, että aineistolta kysytään tutkimustehtävän mukaisia kysymyksiä. Siinä käydään läpi lausumat ja erotellaan alkuperäisestä ilmaisusta pelkistetty ilmaisu sekä poistetaan ne lausumat, jotka eivät vastaa tutkimuskysymyksiin. (Latvala & Vanhanen-Nuutinen 2003, 25-26) (Liite 1) Poimimme oleelliset lauseet ja lausumat raporteista tekstinkäsittelyohjelmaan. Kirjoitimme kaikki alkuperäisessä asussa kirjoitusvirheineen. Tekstiä tuli sivumäärältään yhteensä 26 sivua.

Pelkistämisestä seuraava vaihe on aineiston ryhmittely, jossa etsitään pelkistettyjen ilmaisujen erilaisuuksia ja yhtäläisyyksiä. Samaa tarkoittavat ilmaisut kerätään yhdeksi luokaksi ja sille annetaan sisältöä kuvaava nimi. Tässä vaiheessa voidaan käyttää tulkintaa. (esim. Krippendorf 1980 teoksessa Janhonen & Nikkonen 2001, 28) Aineistoa läpikäydessä ja tekstiä tie-

tokoneelle kirjoittaessa meille alkoi jo pikkuhiljaa muodostua kuvaa, mitkä ovat eniten esiin nousevia teemoja. Teimme jatkuvasti karsintaa, koska aineistoa oli niin runsaasti. Kaikki tutkimustehtävien ulkopuolelle jäävän pudotimme pois. (Liite 1) Tutkimustehtävät muodostuivat sekä oman kiinnostuksemme, aikaisempien tutkimusten että jo moneen kertaan luetun aineiston pohjalta.

Aineistolähtöisen sisällönanalyysin kolmas vaihe on abstrahointi, jossa aineistosta nousevia samansisältöisiä luokkia yhdistellään ja saadaan näin yläluokkia (Latvala & Vanhanen-Nuutinen 2003, 29). Me muodostimme alkuperäisilmauksen keskeisestä sisällöstä pelkistetyn ilmauksen, kuten esimerkiksi epäonnistumisen tunne, kehitystä jollakin osa-alueella ja niin edelleen. Lukiessamme eteenpäin pelkistetyistä ilmauksista lähdimme pohtimaan, mihin alaluokkiin ne kuuluvat ja löytyykö muita samankaltaisia ilmauksia. Kun huomasimme samankaltaisia ilmauksia, laitoimme niitä saman otsikon alle. Aineistoa oli niin paljon, että pelkistettyjä ilmauksia muodostui hyvin runsaasti. Tiedyt aiheet kuitenkin toistuivat merkittävästi ja melko hyvin olimme jo huomanneet, mitkä tulisivat olemaan tarkempaan tarkasteluun tulevia aiheita. Muodostimme tässä vaiheessa näistä meitä kiinnostavista ja eniten esiin nousevista aiheista tutkimustehtävät, joiden alle alkaisimme ilmauksia kerätä. (Liite 1)

Seuraavaksi aloimme jakaa pääluokkien eli tutkimustehtävien alle alaluokkia (Liite 1). Aluksi käsittelimme raportteja toimintayksikkö kerrallaan, mutta loppuvaiheessa yhdistimme kaiken aineiston ja jaottelimme ne tutkimustehtävien alle. Näin varmistuimme myös siitä, että käsittelimme tekstiä objektiivisesti eikä eri yksiköistä koulutuksen aikana saadut mielikuvat johdattanut meitä suuntaan tai toiseen. Loppujen lopuksi hyväksyimme lopulliseksi aineistoksi vain sen, mikä vastasi tutkimuskysymyksiimme.

Seuraavassa kappaleessa esittelemme raporteista nousseita tuloksia. Tulokset olemme esittäneet niin, että otsikoinnit vastaavat järjestyksessä tutkimuskysymyksiimme. Päädyimme tällaiseen esitykseen, koska ensimmäinen tutkimuskysymyksemme vastaa yleisesti saatuihin kokemuksiin Active Art -toiminnasta, toinen ja kolmas syventyy kokemuksiin entisestään ja neljäs kertoo kokoavasti, mitä kehitystä ryhmän aikana on tapahtunut. Suorat lainaukset ovat ryhmäläisten itse sanomia lausahduksia ryhmätoiminnan aikana, mitkä olivat kirjoitettu autenttisina raportteihin.

10 Tutkimuksen tulokset

10.1 Haaste tehdä erilaista kun totuttu

Active Art taiteentekomenetelmänä koettiin osittain haastavaksi, koska se on hyvin erilaista kun on totuttu tekemään. Joillekin ryhmäläisille tehtävät olivat välillä liian abstrakteja. Heidän oli vaikeaa ymmärtää, miksi omenan piirtäminen pitää aloittaa keskeltä tai että omena voi olla esimerkiksi sininen. Aistin ja värin yhdistäminen koettiin joissakin ryhmissä haastavaksi; ryhmäläiset eivät ymmärtäneet, kuinka omenan maistelu liittyy värien valitsemiseen. Huomattiin myös, että joillakin ryhmäläisillä oli vahva käsitys siitä, miltä omenan kuuluu näyttää ja että eiväthän he "semmoista" osaa tehdä.

Ymmärtämättömyys siitä, mitä tehdään, aiheutti joissakin tilanteissa turhautumista, pahanuulisuutta ja nopeaa väsymistä. "Suttaaminen" ja värien roiskiminen tuntuivat osasta vierailta. Jotkut eivät halunneet "sutata" laisinkaan, ettei paperia mene hukkaan. Osa taas koki huovutuksessa epämiellyttäväksi veden ja saippua käytön. Jopa pensselin pitäminen kädessä saati sen väripurkkiin kastaminen aiheutti eräässä ryhmäläisessä hämmennystä ja hän suhtautui tekemiseen epäluuloisesti. Eräiden mielestä jo aiemmin piirretyn päälle ei voinut piirtää enää ja tämän tekeminen aiheutti hämmennystä. Välillä ohjaajat joutuivat luopumaan jostain tehtävästä, joka oli ryhmäläisille liian abstrakti ja haastava.

Osa ahdisti, että lopputulos ei vastannut suunniteltua kun taas osa nautti juuri siitä. Joillakin toimintakerroilla ryhmäläiset eivät vaikuttaneet tyytyväisiltä töihinsä tai ohjaajille jäi tunne, että ryhmäläiset eivät nauttineet liian haastavasta työskentelystä. Joitakin ahdisti esimerkiksi "väärät värit" omenassa - ei omena voi olla sininen. Yhdelle ryhmäläiselle hiilen kanssa työskentely tuotti selvää ahdistusta.

Eräille valinnanteko tuotti vaikeuksia. Myös heikko keskittymiskyky ja kärsivällisyys häiritsivät joidenkin ryhmäläisten työskentelyä, kun he eivät malttaneet pysyä aloillaan. Nopeaa väsymistä, ohjeiden sisäistämisen ja ymmärtämisen vaikeutta esiintyi myös.

10.1.1 Innostuksen ja keskittymisen löytyminen

Joillakin ryhmäläisillä oli halu kokeilla kaikkea uutta. Vaikka he eivät pitäneet kaikista työskentelytavoista, nauttivat he kuitenkin kokeilemisen ilosta ja erilaisesta tekemisestä. Jotkut pitivät huovuttamisesta juuri siksi, että se ei ollut tarkkuutta vaativaa työskentelyä. Ryhmäläiset eivät pyrkineetkään tietynlaiseen tulokseen, vaan innostuivat kokeilemaan tätä uutta ja innostavaa tekniikkaa. Myös maalaamisesta jotkut ryhmäläiset innostuivat ja ohjaajat kuva-

vat, että ilmeet maalatessa olivat heidän ryhmässään suurimmalla osalla innokkaat. Eräs ryhmäläinen sanoikin:

"Sit kun rupee maalaa niin siihen tulee halu!"

Ryhmäläisissä huomattiin keskittymistä ja heittäytymistä. Yksi ryhmäläinen oli yllättänyt ohjaajansa työskentelemällä hyvin intensiivisesti; hän piti isolla siveltimellä maalaamisesta ja värien sekoittamisesta. Eräessä ryhmässä huomattiin monen keskittyvän tarkkaan työskentelyyn ja osa selvästi nautti. Eräs ryhmäläinen työskenteli saven kanssa sormituntumalla ja silmät kiinni.

"Kokeilen ja muovailen, mikä hyvältä tuntuu ja jatkan siitä. Vallan mainiolta savi tuntuu."

"Kun otin kiven se tuntui heti siltä mitä haluan tehdä ja tekemisen nälkä kasvoi tehdessä."

Myös rajojen rikkomista huomattiin. Ohjaajan avustuksella eräessä ryhmässä osallistujat uskalsivat alkaa "sotkemaan", koska ohjaajan esimerkillä he huomasivat sen olevan sallittua. Eräs ryhmäläinen sanoikin nauttivansa paljon tällaisesta työskentelystä juuri siksi, ettei kouluaikoina tällaiseen annettu mahdollisuutta. Värien roiskiminen paperin pintaan huomattiin joillekin olevan suuri asia, koska sai poiketa totutuista rajoista kuvankäsittelyssä. Jotkut ryhmäläiset osoittivat selvää luovuutta ja rohkeaa värien ja muotojen kokeilemistä.

Ryhmäläiset sanoivat esimerkiksi, että toiminta on antanut "mielenvirikettä" ja ollut "sykähdyttävä kokemus". Ryhmäläiset olivat kiitollisia ja eräs ryhmäläinen sanoi uudesta kokemuksesta ohjaajille, että "kiitos kun annoitte tämän meille".

10.1.2 Muistojen herääminen

Monissa ryhmissä ohjaajat huomasivat taidetyöskentelyn herättävän ryhmäläisissä niin hyviä kuin kipeitäkin muistoja. Yhdessä ryhmässä ohjaajan mielestä eletyn elämän historia tuli esille muistamisen ilona ja ryhmäläiset saivat näin yhteyden sisäiseen maailmaansa ja uskalsivat jakaa sen tunteen muiden kesken. Esimerkiksi sota-ajan muistot heräsivät ja eräs ryhmäläinen liikutui kertoessaan paosta kotoaan, kun perhe oli joutunut lähtemään ja ottamaan lehmän ja vasikan mukaansa. Erään toisen ryhmäläisen tunteet ja muistot nousivat maalatessa mieleen entisestä kodistaan Karjalasta, kun hänen työssään alkoivat kotitalo ja tutut koivut veden ja sillan tuntumassa tulla esille:

"Talosta en tiijä onko viel, mut nuo koivut, ne voivat hyvin olla tallella. Niist vois paikan viel löytää."

Esimerkiksi kukkien istuttaminen ja luonto aiheena tuntuivat herättävän ryhmäläisissä muistoja. Tunnustelupussien yhteydessä materiaalien koskettelu herätti erilaisia tuntemuksia ja aistimuksia menneisyydestä, mikä sai ryhmäläiset pohtimaan aikaisempia kokemuksiaan. Puolukkametsät tulivat mieleen saven ja kerättyjen oksien kanssa työskentelystä. Erään ryhmäläisen mielestä oli huovutuksen yhteydessä ihanaa, että sai "läträtä" vedellä:

"Ihan niin kuin lapsena!"

Eräs ryhmäläinen teki maalaamisesta tarinankerrontaa. Hän maalasi ensin punaisen mökin ja perunamaan. Sitten hän maalasi naapurin keltaisen rumemman mökin, jonka akka tuli pyytämään perunoita punaisen talon akalta. Akka ei antanut ja keltaisen talon akka lähti vihasena mökkiinsä itkemään. Koko maalaamisen ajan ryhmäläinen kuvaili mitä mökissä tapahtuu. Vahvasti eläytyen ryhmäläinen oli kertonut tarinaa muille.

10.2 Hyvä olo tekemisestä ja palautteesta

Jotkut ryhmäläisistä sanoivat, että toiminnan kautta on päässyt pois omista arkisista asioista. Sanottiin, että on mukavaa tulla ryhmään, ettei tarvitse olla yksin. Ajankulu sanottiin häviävän ja koettiin, että kyllä tekemistä tarvitsee olla. Toiminnan sanottiin olleen erittäin odotettua.

"On kivaa aina, kun on jotain mutustusta. Muuten aika menee niin paljon nukkessa, nyt kun liikkuminenkin on jäänyt vähälle."

Eräs ryhmäläinen sanoi, että toimintakerralla aina mieli piristyy ja saa lisää elämäniloa. Eräs sanoi, että ryhmässä saa olla oma itsensä, kuin lapsi olisi jälleen ja että ilmapiiri on hyvä.

"Tästä tuulee hengenruokaakin."

"Unohtu murheajatuksetkin."

"Aamupäivän väsymys hävisi."

"Hyvä olla, ei koskekaan mihinkään."

Ryhmäläiset olivat mielissään töistään saamasta positiivisesta palautteesta. Arvostuskierros oli monessa tapauksessa merkityksellinen. Ohjaajien mukaan arvostuskierroksien myötä omien töiden väheksyminen väheni. Ryhmäläiset nauttivat ohjaajien mukaan erityishuomiosta, jota saivat, koska normaalin arjen kiireessä sellaiselle ei ole riittävästi aikaa. Eräs ryhmäläinen nautti työstään saaduista kehuista ja huomiosta, jonka sai kun siitä keskusteltiin, niin että lopuksi hän naurahti ja oli tyytyväinen työhönsä, josta hänellä löytyi aluksi paljon kritisoitavaa:

"Eihän se sitten ihan suteen mennyt."

Raporteista kävi ilmi, että ryhmäläiset selvästi suurimmaksi osaksi nauttivat omasta työstään kertomisesta ja ainakin sen saamasta arvostuksesta. Joissakin raporteissa tuodaan esiin, että ohjaajat huomasivat, kuinka tärkeä arvostuskierros oli yksilön itsetunnon vahvistumiselle; kun kaikki kehuvat toisten töitä, jokainen arvostaa aina vaan enemmän omaa kädenjälkeään. Eräät ohjaajat kirjoittavat, kuinka ylpeän ryhmäläisen iloa oli upea katsoa. Eräs ryhmäläinen, joka ensimmäisellä toimintakerralla oli sitä mieltä, ettei osaa mitään eikä muutenkaan yleensä arvostanut omaa tekemistään, kertoi myöhemmin oma-aloitteisesti ja tyytyväisesti omasta työstään. Joissakin ryhmissä pidettiin taidenäyttely toiminnan lopuksi. Yhdessä raportissa kirjoitetaan, että näyttelyn aikana moni ryhmäläinen vasta tajusi, kuinka hyviä heidän töistään tulikaan.

10.3 Iloa yhdessäolosta

Ohjaajat kuvaavat, että ryhmäytymistä alkoi heti tapahtua. Ryhmäläiset olivat kiinnostuneita toisistaan. Monissa tapauksissa ryhmäläiset eivät tunteneet toisiaan entuudestaan.

"Ai sinun nimesi olikin se! Minä luulin, että se oli joku toinen!"

Kertojen edetessä yhteenkuuluvuuden tunne lisääntyi ja he kokivat kuuluvansa ryhmään. Ryhmäläiset olivat esimerkiksi huolissaan muiden ryhmäläisten jaksamisesta ja huolehtivat että tuleeko kaikki ryhmään. Jos joku ei saapunut, heti pohdittiin mikä hänet on estänyt tulemast. Ja toisten ryhmäläisten pääsemisestä paikalle iloittiin.

"Mukava kun hääkin tuli."

Raporteissa kävi ilmi, että ryhmissä koettiin yhteistä iloa, yhdessä innostumista ja yhteenkuuluvuutta. Ryhmässä syntyi luonnollista ja spontaania keskustelua, vaikka ryhmäläiset eivät aikaisemmin tunteneet toisiaan. Ilmapiiriä kuvataan yhdessä raportissa avoimeksi ja vuorovai-
kutteiseksi. Ilmassa on ollut iloista huulenheittoa ja naurun pyrähdyksiä. Ryhmässä olon kuvattiin myös lievittävän yksinäisyyttä.

"Mukava tulla tänne niin ei tarvitse olla yksin."

"Se tuntuu hyvältä, kun on yksinäinen, niin jos joku koskettaa."

10.3.1 Rohkeuden lisääntyminen ryhmäytymisen myötä

Huomattiin, että ryhmäläisten kesken kommunikaatio lisääntyi ja kehittyi toimintakertojen edetessä ja he uskalsivat tuoda esille erilaisia tunnetiloja ja henkilökohtaisiakin asioita. Aremmatkin ryhmän jäsenet uskaltautuivat kommentoimaan enemmän toisten töitä ja kerto-
maan myös itsestään. Eräässä ryhmässä erittäin ujo mies alkoi yhtäkkiä kertoa historiastaan ja sairastumisestaan.

Ryhmäläiset rohkaisivat, kehuivat, inspiroivat ja yrittivät piristää toinen toisiaan. He olivat lempeitä toisilleen ja yrittivät löytää toisesta ja hänen töistään hyvää. Eräät ohjaajat kuvaavat, että tasa-arvoisuus ryhmäläisten kesken tuli esille sekä suullisesti ilmaistuna että fyysisenä läheisyytenä. Myös huomattiin, että toisen onnistumisesta iloittiin. Ryhmäläinen voi nauttia toiminnasta, vaikka hän itse ei kykenisi osallistumaan taidetyöskentelyyn.

"Ihanaa katsoa toisia, kun he innostuvat ja tekevät."

Toimintakertojen edetessä ohjaajat huomasivat, että uskallus ja luottamus ryhmän sisällä kasvoivat. Epäonnistumista ei pelätty enää niin paljon kuin aikaisemmin ja ryhmäläiset olivat selvästi vapautuneimpia. Eräässä raportissa kuvataan, että luottamuksen ja yhteishengen kasvun myötä ryhmäläisten voimavarat vapautuivat ja he uskalsivat kokeilla uusia asioita sekä haastaa itseään. Toisessa raportissa kerrotaan, että jännittynyt lataus hävisi kokonaan. Myös kuvataan, että ryhmäläiset olivat levollisempia ja keskittyneitä. He uskalsivat olla enemmän omia itseään.

10.4 Oman osaamisen vähättely

Kaikissa raporteissa ryhmäläisillä ilmeni oman osaamisen vähättelyä ja itsekritiikkiä. Itsekritiikkiä kuvataan esimerkiksi suurimmaksi haasteeksi tekemiselle. Vaikka muiden töistä löydettiin hyvää, oman työn vähättelemistä esiintyi paljon. Eräs rouva esimerkiksi koki, ettei osaa mitään ja että hänen työnsä näyttää rumalta. Toinen rouva puolestaan vähätteli työtään ja vertasi sitä välillä itseensä: kertoi piirtämänsä omenan olevan ruma, madonsyömä ja maahan pudonnut. Paljon esiintyi sellaista epäröintiä, että "enhän minä osaa piirtää" ja välineisiin ei uskallettu tarttua. Ohjaajat joutuivat useaan otteeseen kertomaan, ettei tarvitse olla taiteilija, jotta tällaista voi tehdä.

"Tämmöistä olisi kiva tehdä! Mutta enhän minä tällaista osaa tehdä."

"Tämä nyt ei ole mitään."

Itsekritiikin kuvataan vähenevän toimintakertojen edetessä. Rohkaisun ja kannustuksen merkitys nousevat esiin jokaisessa raportissa. Osa ryhmäläisistä tarvitsi paljon kannustusta työskentelyssä. Ohjaajien ja muiden ryhmäläisten tuki kuvataan merkittävänä apuna työskentelyyn ryhtymiselle ja sen mielekkääksi kokemiseksi. Toki aina kuvan tekeminen ei tuesta huolimatta tuntunut mielekkäältä, mutta sen huomattiin auttavan.

Arvostuskierros koettiin erittäin merkittävänä osana Active Art -sessiota. Arvostuskierroksen aikana muiden positiivisen palautteen kautta moni ryhmäläinen löysi työstään hyvää ja kaunista. Vaikka joku piti työskentelyn aikana työtään rumana, arvostuskierroksella hän saattoi nähdä työssään aivan uusia hienoja puolia. Esimerkiksi erään ryhmäläisen vaatimattomassa työssä muut ryhmäläiset näkivät jalokiven ja toisen ryhmäläisen kurttuudessa omenassa he

näkivät paljon elämäkokemusta. Molemmissa tapauksissa työn tekijät piristyivät ja heille jäi hyvä mieli työstään.

Raporteista käy ilmi, että kannustuksen ja tuen myötä sekä toimintakertojen edetessä ryhmäläiset kokivat itsensä ylittämistä. Ryhmäläiset saivat lisää itsevarmuutta ja uskalsivat sitä kautta tehdä enemmän ja rohkeammin. Eräs ryhmäläinen sanoi, että ei olisi uskonut osaavansa tehdä näin hienoja töitä. Ne syntyivät hänen mukaansa aina ryhmässä ikään kuin huomauttamatta. Joissakin raporteissa käy ilmi, että jos toiminta olisi jatkunut pidempään, onnistumisen kokemuksia olisi saattanut ohjaajien mielestä tulla lisää. Erään raportin mukaan viimeisten kertojen aikana ryhmäläiset vaikuttivat eloisammilta eivätkä enää sanoneet niin useasti, että en minä osaa. He myös tarttuivat välineisiin rohkeammin. Alussa he olivat vierastaneet erilaisia välineitä, mutta viimeisillä toimintakerroilla he tarttuivat niihin oma-aloitteisesti.

10.5 Kehitystä eri osa-alueilla

Kaikissa seitsemässä raportissa tuli ilmi jonkinlaista kehitystä Active Art -toiminnan aikana. Selvimmin kävi ilmi alun jännitys, mikä helpotti toimintakertojen edetessä. Raporteissa mainitaan, että ryhmäläiset eivät olleet toiminnan edetessä enää niin varautuneita tai kielteisiä toimintaa kohtaan. Esimerkiksi eräs työskentelyyn aluksi vastahakoisesti suhtautunut rouva oli myöhemmin yllättänyt ohjaajat tarttumalla päättäväisesti siveltimeen ja maalannut erittäin voimakkaita linjoja sekä käyttänyt rohkeasti värejä.

Myös hyvin fyysisiä muutoksia mainitaan. Eräs rouva ei esimerkiksi ensimmäisellä kerralla kuullut hyvin ja sydämestään vähän otti, mutta seuraavilla kerroilla ei ohjaajien mukaan ollut vikaa kuulossa sen enempää kuin sydämessäkään. Erästä rouvaa oli myös huimannut ensimmäisillä kerroilla, mikä katosi täysin. Yksi ryhmäläinen ei käynyt wc:ssä kertaakaan toimintakerran aikana, vaikka hänellä on yleensä taipumus käydä vessassa jatkuvasti. Samassa ryhmässä toisella ryhmäläisellä on taipumus käsien vapinaan, mutta ohjaajien mukaan hän todennäköisesti koki ryhmän niin turvalliseksi, että vapinaa ei esiintynyt. Tässä raportissa ohjaajat myös kuvaavat, että uusi toimintamuoto vähensi selvästi levottomuutta ja ahdistuneisuutta kun taas keskittymiskyky ja mielenrauha paranivat.

Useassa raportissa käy ilmi, että joidenkin ryhmäläisten vastahakoisuus ja epävarmuus työskentelyä kohtaan muuttui niin, että pikku hiljaa he uskalsivat jopa syventyä ja heittäytyä kuvan tekemiseen. Ohjeita otettiin paremmin vastaan ja keskittyminen lisääntyi. Esimerkiksi eräs rouva, joka ei normaalisti pystynyt istumaan aloillaan kuin lyhyitä hetkiä, jaksoi Active Art -ryhmässä istua paikallaan koko toiminnan ajan. Myös väsymyksen kerrotaan vähentyneen ja ryhmäläiset olivat energisempiä kuin normaalisti. Yhdessä raporteista sanotaan hyväntuulisuuden lisääntymisen näkyvän siten, että ryhmäläisten hyväntuulisuus osastolla eli ryhmän

ulkopuolella lisääntyi. Eräessä raportissa kerrotaan, että talon fysioterapeutti oli saanut Active Artin aikana paremmin kontaktin yhteen asiakkaaseen yksilökuntoutuksen aikana ja että hänen keskittymiskykynsä oli parantunut.

Oman työn ja taitojen vähätteleminen huomattiin ryhmäläisissä vähenevän. Ryhmäläiset uskalsivat tarttua välineisiin rohkeammin, työskennellä itsevarmemmin sekä tehdä itsenäisempiä päätöksiä. Tätä kuvataan eräessä raportissa: "Hän on suhtautunut kaikkeen tekemiseen myönteisemmin kuin ensimmäisillä kerroilla. Hän on tarttunut kaikkeen tekemiseen rohkeammin kuin ensimmäisillä kerroilla." Rohkeuden lisääntyminen näkyi jo siinä, että joku, joka ei ollut aikaisemmin uskaltanut tarttua työvälineeseen, oli päässyt tyhjän paperin pelosta ja tarttui siveltimeen.

Omia töitä tuotiin myös oma-aloitteisemmin esille arvostuskierroksen aikana ja ryhmäläisten huomattiin oppineen arvostamaan omia töitään: "Hän, jolla on ollut hieman huono itsetunto, jopa sanoi sen olevan hänen paras työnsä ja että ensi kerralla tulee vielä parempi." Erään ryhmän ohjaajat tulkitsivat onnistumisen kokemukseksi sen, että moni ryhmäläinen halusi oman työnsä itselleen ja pyrki esittelemään työtään osaston seinältä muille asukkaille.

Myöskään muiden jäljittelyä ei enää viimeisillä toimintakerroilla huomattu kuten aikaisemmin, vaan ryhmäläiset uskalsivat tehdä itsenäisesti omia valintojaan. Ohjaajat huomasivat myös palautteen antamisessa kehittymistä. Ryhmäläiset pystyivät sanomaan erilaisia näkemyksiä muiden tuotoksista paremmin toimintakertojen edetessä.

11 Pohdinta

Opinnäytetyömme tarkoituksena oli tutkia, miten ikäihmiset itse kokevat Active Art -taidetoiminnan. Tutkielmamme avulla yritimme saada vastauksen käyttäen hyödyksemme Active Art Pilotti II -toiminnasta ohjaajien kirjoittamia loppuraportteja. Saimme näistä seitsemästä raportista riittävästi tietoa siitä, että taideryhmät tuottivat ikäihmisille iloa ja ne saivat heidät innostumaan ja osallistumaan taidetoimintaan. Ohjaajien raporttien ja oman kokemuksemme pohjalta voimme todeta, että Active Art -toiminta tuo juuri sitä uutta ja tarpeellista vanhustyön kentälle, mikä saa ikäihmisten itse osallisiksi ja toiminnan kokijoiksi.

Hakonen kuvaa hyvin, millaisia tuloksia ikäihmisten kokemuksista saimme Active Art -toiminnasta. Hänen mukaan taidetoiminta aktivoi tunteita, vuorovaikutusta sekä kokemusten jakamista, mitä kautta osallistuja voi saada myönteisiä kokemuksia omasta osaamisestaan ja näin vahvistaa identiteettiään ja itseyttä (Hakonen 2008, 141). Active Art -ryhmät tuottivat sekä yksilöllisiä että yhteisiä voimavaroja. Ryhmäläiset saivat sekä yksilöllisiä onnis-

tumisen ja itsensä ylittämisen kokemuksia että iloitsivat muiden onnistumisesta. Toisten töiden väheksymistä ei esiintynyt laisinkaan ja omasta työstä saamasta arvostuksesta nautittiin. Toiminnan jatkuessa ryhmäläiset eivät myöskään enää väheksyneet omia töitään kuten alussa. Yhdessäolo tuotti ryhmäläisille selvästi iloa; he kokivat yhteenkuuluvuutta ja innostuivat yhdessä taiteen tekemisestä.

Tuloksista nousevat havainnot ovat samansuuntaisia kuin Hanna-Liisa Liikasen tutkimuksessa ”Taide kohtaa elämän”. Hän esittää, että taide- ja kulttuuritoiminnalla on ainakin neljänlaisia välillisiä vaikutuksia hyvinvointiimme; taide antaa elämyksiä ja taidenautintoja, taiteella on yhteys hyvään terveyteen ja hyvän elämän kokemuksiin, se synnyttää yhteisöllisyyttä sekä luo ympäristöstämme visuaalisesti viihtyisemmän. (Liikanen 2004, 11). Tuloksissa tuli selvästi esille se, että ryhmäläiset saivat Active Artistia monisävyisiä kokemuksia. Joitakin heistä taiteen tekeminen saattoi aluksi ahdistaa, mutta tuloksista huomataan, että kehitystä selvästi tapahtui. Ryhmissä esiintyi esimerkiksi oman osaamisen vähättelyä. Rankasen mukaan taide-työskentelyyn lähtemistä voivat estää itseilmaisuuksiin liittyvät pelot: ”en osaa piirtää tai maallata” (Rankanen ym. 2007, 58). Ohjattu taidetyöskentely ja ryhmästä saatu tuki auttoivat kuitenkin selvästi ryhmäläisiä rohkeammin kokeilemaan ja ylittämään omia rajoja.

Sekä negatiivisia että positiivisia tunteita siis koettiin, mutta turvallisen ympäristön ja kannustavan ilmapiirin turvin ryhmäläiset uskaltautuivat kokeilemaan jotain aivan uutta ja saivat uusia elämyksiä. Parhaimmillaan Active Art -ryhmä oli foorumi, jossa ikäihmiset pystyivät sekä herättelemään että purkamaan erilaisia tunteita ja kokemuksia. He saivat kokea yhdessä taiteen tekemistä ja sitten jakaa kokemuksiaan ryhmässä.

Active Artin huomattiin tuovan virikkeellisyyttä normaaliin arkeen. Liikasen mukaan taiteen synnyttämät arjen elämykset ja esteettisyys ovat monille hyvän elämän edellytys, toisille taide merkitsee mahdollisuutta irtautua arjesta ja kokea elämyksiä, jollekin se on taas rakas harrastus tai ajanvietettä siinä missä muukin vapaa-ajan kulutustarjonta. Tärkeintä on Liikasen mukaan vapaus ja mahdollisuus taiteeseen, sen kokemiseen ja tekemiseen. (Liikanen 2004, 12.)

Arjesta irtautumisen lisäksi Active Art -toiminta sai ryhmäläiset aktivoitumaan ja yksinäisyys vähentyi. Katarina Eskolan Elämysten jäljillä -elämänkertakilpailu esitti hyvää tietoa taiteen koetuista vaikutuksista. Siinä 795 kirjoittajaa eripuolilta Suomea kertoi, kuinka taide on heidän elämäänsä vaikuttanut. Moni tarina kertoi, kuinka taide on saanut heidät liikkumaan ja innostumaan, se on tarjonnut irtiottoja ja tehnyt vahvaksi. Joitakin kertojia taide on auttanut pitämään itseään koossa sekä opettanut enemmän itsestään ja jotkut kertovat sen tukeneen heitä sosiaalisessa vuorovaikutuksessa ja estänyt syrjäytymistä. (Eskola 1998, 39-40).

Tuloksista kävi ilmi, että Active Art oli myös välillä ikääntyneille hyvin haasteellista ja erilaista kuvan tuottamista, mitä he olivat tottuneet tekemään. Joissakin ryhmäläisissä abstraktit taiteenteon menetelmät aiheuttivat ahdistusta ja turhautumista. Jatkossa voi pohtia, onko Japanissa kehitetty Active Art menetelmänä liian abstraktia suomalaisille ikääntyneille. Toisaalta taas oli ryhmäläisiä, jotka nauttivat erilaisesta tekemisestä ja ehkä juuri haasteellisemman menetelmän takia onnistuivat ylittämään paremmin omia rajojaan. Unohdettiin se mitä on totuttu ja mitä saa tehdä.

Opinnäytetyön pohjalta taidetoiminnan tarpeellisuus sosiaali- ja terveysalalla tulee hyvin esille. Suomessa ikääntyvien taide- ja kulttuuritoiminta on vasta muotoutumassa seniori- ja vanhustyöhön eikä se ole vielä löytänyt paikkaansa ennaltaehkäisevän sosiaali- ja terveystyön kentältä. Kulttuuritoiminnan kytkeminen ja mieltäminen sosiaalityön tavoitteelliseksi metodiksi ei ole vielä toteutunut, vaikka tarve löytää uusia sosiaalityön menetelmiä on tiedostettu. (Liikanen 2004, 20). Yksittäiset projektit edustavat tätä tarjontaa tällä hetkellä. Tutkimuksemme tulokset ja aikaisemmat tutkimukset osoittavat sen, että ikäihmisillä on tarvetta tämän tyyppiselle toiminnalle.

Opinnäytetyö oli meille pitkä ja haasteellinen, mutta palkitseva prosessi. Oli hienoa olla itse mukana vetämässä taideryhmiä ja oppia Active Art -menetelmän toteutusta. Oli ensiarvoisen tärkeää itse ohjaajana kokea ja nähdä ryhmäläisten ilo ja onnistumiset. Vaikka koimme välillä haasteelliseksi, että olimme samaan aikaan Active Art Pilotti II osallistujia että ulkopuolisia tutkijoita, pidämme loppujen lopuksi tätä asetelmaa hyvin palkitsevana. Se, että saimme itse olla todistamassa ryhmäläisten yhteistä iloa taiteen tekemisestä, auttoi meitä paremmin ymmärtämään ryhmäläisten kokemuksia. Onnistuimme mielestämme opinnäytetyössämme hyvin tavoitteessamme eli tuomaan esiin ikääntyneiden ryhmäläisten oman äänen ja kuvailemaan taiteen vaikutuksia yksilöön.

Tutkimuksemme tuotti uutta tietoa, sillä Active Art on menetelmänä uusi eikä sitä ja sen vaikutuksia ole vielä Suomessa ehditty paljoa tutkia. Active Artin suomalainen kenttä ja teoriapohja ovat vasta muovautumassa. Koimme olevamme etuoikeutettuja, kun saimme olla mukana uuden menetelmän tiedonkerääjinä. Vaikka aikaisempien tutkimusten perusteella tiedetään, että taidetoiminnalla on positiivisia vaikutuksia ikääntyneisiin, Active Artin ryhmäläisten kokemuksia ei ole aikaisemmin selvitetty.

Yleisesti raporteista huokui yleinen hyvän olon kokemus ja tekemisestä nauttiminen. Ohjaajien innostus uuden työmenetelmän kokeilemiseen tuntui innostavan myös ryhmäläiset kokeilemaan uutta. Taidetuokiot tuottivat iloa, elämyksiä ja yhdessä tekemisen riemua.

12 Eettisyys

Jokainen tutkimus sisältää lukuisia eri päätöksiä, joiden aikana tutkijan etiikka joutuu koe-tukselle useita kertoja tutkimusprosessin aikana (Eskola & Suoranta 2001, 52). Tuomen ja Sarajärven mukaan tutkimuksen ja etiikan yhteys on kahtalainen; toisaalta tutkimuksen tulokset vaikuttavat eettisiin ratkaisuihin ja toisaalta taas eettiset kannat vaikuttavat tutkijan tieteellisessä työssään tekemiin ratkaisuihin (Tuomi & Sarajärvi 2006, 122). Eskola ja Suoranta kirjoittavat, että jo se, että tutkija tunnistaa eettisten kysymysten problematiikan, hän todennäköisesti tekee tällöin myös eettisesti asiallista tutkimusta (Eskola & Suoranta 2001, 52). Pyrimme opinnäytetyöprosessimme aikana jatkuvasti tekemään eettisesti kestäväää tutkimusta. Olemme pyrkineet varmistamaan opinnäytetyömme eettisyyttä olemalla rehellisiä raportoinnissamme ja pitämään yllä avoimuutta. Tutkimusluvan saimme Vantaan kaupungilta.

Tutkimuksessa on noudatettava ihmisarvon kunnioittamisen periaatetta. Sen mukaan on väärin aiheuttaa vahinkoa tai loukata tutkittavaa kohdetta riippumatta tutkimuksen tarkoituksista. Peruskysymyksiin kuuluu se, mitä hyötyä tai haittaa tutkittaville tutkimuksesta on. (Eskola & Suoranta 2001, 56.) Active Art- projektissa tutkittavat saivat osallistua ryhmäyttävään taide-toimintaan ja siten virikkeitä ja tekemistä päiviinsä. Tutkimustulosten valossa he ovat hyö-tyneet toiminnasta. Mielestämme ryhmäläisille ei aiheutunut tutkimuksestamme haittaa.

Tutkimuksen eettisyyttä arvioidessamme olemme pohtineet muun muassa ikäihmisten itse-määräämisoikeuteen, osallistumisen vapaaehtoisuuteen ja asiakkaan anonymiteettiin liittyviä seikkoja. Tietojen käsittelyssä kaksi keskeistä käsitettä ovat luottamuksellisuus ja anonymi-mys, jotka tulee säilyttää myös tutkimuksen tuloksia julkistettaessa. Periaatteena on oltava se, että tutkittavan henkilöllisyyden paljastaminen tehdään mahdollisimman vaikeaksi. (Eskola & Suoranta 2001, 56-57.) Ensiarvoisen tärkeänä opinnäytetyötämme tehdessämme olemmekin pitäneet sitä, että tutkimukseen osallistuneiden anonymiys on säilytetty kaikin tavoin. Jo raporteissa oli hyvin kiinnitetty huomiota siihen, että asiakas ei tule tunnistetuksi. Läpi oman tutkielmamme olemme entisestään varmistaneet, että esille ei tule sellaisia seikkoja kuten nimeä, asuinpaikkaa, tai muuta tietoa josta henkilö olisi tunnistettavissa.

Eettisyyden kannalta olennaista on myös se, että tutkimukseen osallistuvalla tulee antaa riit-tävästi informaatiota tutkimuksesta ja että osallistumisen vapaaehtoisuutta korostetaan. Tut-kijalla ja tutkittavalla ei myöskään saa olla sellaista keskinäistä riippuvuussuhdetta, joka saattaa vaikuttaa olennaisesti osallistumisen vapaaehtoisuuteen. (Eskola & Suoranta 2001, 55-56.) Active Art oli vapaaehtoista toimintaa eli tutkimukseen osallistuneet ikäihmiset saivat tulla paikalle omasta tahdostaan. Heiltä ei myöskään edellytetty jokaiselle toimintakerralle osallistumista. Tärkeää oli mahdollistaa jokaisessa tilanteessa asiakkaan itsemääräämisoikeus eikä ketään ryhmässä painostettu tai pakotettu taiteen tekoon. Tutkimukseen osallistuvat

ikäihmiset olivat saaneet informaatiota projektista etukäteen. Katsoimme tutkittavien suostuneen tutkimukseen, kun he saapuivat paikan päälle. Mitään kirjallisia suostumuksia emme tutkittavilta hankkineet. Keskinäistä riippuvuussuhdetta tutkijoiden ja tutkittavien välillä ei ollut, emmekä näin ollen katso sellaisen vaikuttaneen osallistumisen vapaaehtoisuuteen. Emme myöskään havainneet kuvatun kaltaista riippuvuussuhdetta esimerkiksi ryhmien ohjaamiseen osallistuneiden työntekijöiden ja asiakkaiden välillä, joka olisi vaikuttanut asiakkaan osallistumisen vapaaehtoisuuteen.

13 Luotettavuus

Luotettavuuskysymys on erityinen nimenomaan tieteen kutsutuille teksteille. Kvalitatiivisen tutkimuksen arvioimiseksi ei ole asetettu yhtä selkeitä kriteereitä, kuin kvantitatiivisen tutkimuksen. Laadullisessa tutkimuksessa tutkimuksen arviointi pelkistyy kysymykseksi tutkimusprosessin luotettavuudesta. Sen lähtökohtana on tutkijan avoin osallisuus ja sen myöntäminen, että tutkija on tutkimuksessaan hyvin keskeinen työväline. Laadullisessa tutkimuksessa pääasiallinen luotettavuuden kriteeri on tutkija itse. Näin ollen luotettavuuden arviointi koskee koko tutkimusprosessia. (Eskola & Suoranta 2001, 209-210.)

Läpi koko opinnäytetyöprosessimme olemme pyrkineet hahmottamaan omaa rooliamme sekä tutkimuksen tekijöinä että Active Art -ryhmien ohjaajina. Olemme olleet tuottamassa tutkimusaineistoa sekä lopulta myös tutkimassa ja tulkitsemassa sitä. Kaksoisroolimme on saattanut vaikuttaa siihen, että meillä oli jo alkuvaiheessa ennakko-oletuksia aineistosta. Ennakko-oletuksemme ovat saattaneet vaikuttaa esimerkiksi tutkimuskysymysten asetteluun sekä siihen kuinka objektiivisesti olemme tarkastelleet aineistoamme, sillä omat tutkimusraporttimme olivat osa aineistoa. Haasteenamme on ollut pysyä nimenomaan aineistossa, joka on jo olemassa, eikä tarttua mieli- ja muistikuvii oman ohjaamisemme pohjalta. Todennäköistä kuitenkin on, että oma kokemuksemme on värittänyt tulkintojamme tutkimuksessa. Eskola & Suoranta (2001, 210) tuovatkin esille, että kvalitatiivisille tutkimusraporteille on tyypillistä, että ne ovat paljon henkilökohtaisempia ja tutkijan omaa pohdintaa ja kokemusta sisältäviä kuin kvantitatiiviset tutkimukset. Olemme kuitenkin pitäneet tärkeänä, että olemme tutkimusprosessimme aikana aina kyenneet systemaattisesti palaamaan takaisin aineistoomme, vaikka omat tunteemme ryhmän ohjaamisesta ovat nousseet välillä pintaan.

Uskottavuus luotettavuuden kriteerinä tarkoittaa sitä, että tutkijan tulee tarkastaa vastaavako hänen käsitteellistämensä ja tulkintansa tutkittavien käsityksiä. Tutkimuksen uskottavuutta ei voida varmuudella kuitenkaan lisätä, vaikka tutkijan tekemät tulkinnat viettäisiin tutkittavien arvioitaviksi. Tutkittavat saattavat olla esimerkiksi sokeita kokemukselleen ja tilanteelleen. (Eskola & Suoranta 2001, 211.) Pyrimme mahdollisimman luotettavien käsitteel-

listämisen tekemiseen pysymällä uskollisena raporteista nousseille lausumille ja lausekokonaisuuksille sekä peilaamalla niitä kirjallisuuteen ja aiempiin tutkimuksiin. Opinnäytetyömme haasteena kuitenkin on, että tulkitsimme raportteja, jotka olivat ryhmien ohjaajien tulkintaa ryhmiin osallistuneiden kokemuksista. Tämä saattaa vaikuttaa tulosten luotettavuuteen, sillä emme voineet olla varmoja siitä, oliko esimerkiksi ikääntyneen asiakkaan motivoitumisen heikentymisen syy jokin sairauteen liittyvä, vai johtuiko se esimerkiksi Active Artista metodina. Meillä ei ollut varmuutta, oliko asiakkaan tilannetta tulkittu oikein raporttien kirjoittajien toimesta, joiden pohjalta me puolestaan teimme tulkintamme. Tulkintojen luotettavuutta ei todennäköisesti olisi lisännyt niiden vieminen tutkittavien arvioitaviksi, sillä tutkittavista monet olivat muistisairaita henkilöitä, joiden saattaa olla jo vaikea orientoitua käsillä olevaan asiakokonaisuuteen.

Tutkimuksen luotettavuuden arvioinnissa olemme myös pohtineet, ovatko ohjaajat uskaltaneet olla rehellisiä raportoinnissaan. Raportit annettiin lopulta myös työnantajien luettavaksi ja tämä on saattanut vaikuttaa siihen, millä tavalla aineistona toimiva raportti on rakentunut, tai kuinka voimakkaita ilmaisuja esiintyneistä asioista on käytetty. Jos esimiehelle kerrottaisiin, että projekti epäonnistui tai ei tuottanut ennalta odotettuja tuloksia, työpaikalla ei välttämättä enää järjestettäisi tällaista mahdollisuutta työntekijöiden koulutukseen ja taidetoimintaan.

Opinnäytetyömme luotettavuutta arvioidessamme olemme pohtineet tutkijan rooliamme suhteessa tiedonantajiin eli ryhmien ohjaajiin sekä ryhmäläisiin. Olimme itse suorassa suhteessa osaan ryhmäläisistä ryhmien ohjaamisen aikana, joten näistä tapahtumista olemme mahdollisesti olleet kykenevämpiä tekemään tulkintoja, kuin tilanteista joissa emme itse olleet läsnä. Tutkiessamme kokemuksia Active Artista ovat avainasemassa olleet ennen kaikkea ryhmiin osallistuneet ikäihmiset, mutta myös raportit kirjoittaneet ryhmien ohjaajat. Olimme ohjaajien kanssa yhdessä pitkässä projektissa, jossa kouluttauduimme yhdessä ohjaajiksi ja lopulta jaoimme kokemuksemme työn hedelmistä. Tutustuimme siis ryhmien ohjaajiin hyvin ja meillä oli raportit saadessamme jo jonkinlainen ennakkokäsitys, kuinka heidän ryhmällään oli Active Art -toiminta sujunut.

Aineiston tieto on tullut meille kirjallisessa muodossa eikä meillä ole ollut mahdollisuuksia vaikuttaa tiedon laatuun. Loppuraportit olivat hyvin eritasoisia rakenteeltaan ja sisällöltään, joten meillä oli alussa haaste saada koottua tietoa yhtenäiseksi aineistoksi. Oman roolimme aineistoa analysoivina tutkijoina emme katso juurikaan vaikuttaneen tiedonantajina toimineisiin raporttien kirjoittajiin, vaikka ryhmien ohjaamisen aikana toimimmeikin yhteistyössä heidän kanssaan.

Laadullista tutkimusta tehdessä luotettavuutta voidaan mahdollisesti lisätä esimerkiksi tutkijaan liittyvällä triangulaatiolla, jolla tarkoitetaan sitä, että tutkijoina toimii useita henkilöitä esimerkiksi havainnoijina tai toisaalta kyse voi olla myös usean tutkijan käytöstä aineiston analyysissä. (Tuomi & Sarajärvi 2006, 142.) Mielestämme tutkimuksemme luotettavuutta on lisännyt muun muassa se, että olemme voineet läpi prosessin peilata ajatuksiamme toistemme kautta ja siten arvioida niiden objektiivisuutta suhteessa aineistoon. Aineiston luotettavuutta puolestaan lisää se, että ryhmien ohjaamisen aikana havainnoitsijoina on toiminut useita henkilöitä, jotka ovat yhdessä koostaneet aineistona toimivat loppuraportit.

Tutkimusaineiston riittävyttä voidaan arvioida kylläntymisen, eli saturaation avulla. Saturaation ajatus perustuu siihen, että tietty määrä aineistoa riittää tuomaan esille sen teoreettisen peruskuvion, mikä tutkimuskohteesta on mahdollista saada. Tällöin olennaista on kuitenkin se, että esimerkiksi kirjoittajien kokemus- ja kulttuuritausta pysyvät suurin piirtein samana. Saturaatiota käytettäessä lisäaineiston kerääminen ei näytä tuottavan uutta tietoa ja aineiston tietty peruslogiikka - esimerkiksi puhetapa ja lausumat - alkavat toistua. Aineiston riittävä määrä on kvalitatiivisessa tutkimuksessa hyvin pitkälti tutkimuskohtainen, joten vastauksia tarvitaan juuri sen verran, kuin on aiheen kannalta välttämätöntä. Tutkijan on tutkimuskohtaisesti päätettävä, milloin aineistoa on tullut kerätyksi riittävästi ja se kattaa tutkimusongelman. (Eskola & Suoranta 2001, 60-63.)

Osassa raporteista oli kuvattu tutkittavia hyvinkin tarkasti kun taas osassa ei yhtä tarkkoja kuvauksia ollut. Tämä mielestämme vaikuttaa aineiston kattavuuteen. Raporteissa toistui säännöllisesti samoja seikkoja ja löysimme siitä yhteisiä kokemussisältöjä, joten se osaltaan vahvistaa ajatusta siitä, että aineistomme olisi riittävän laaja ja kattava. Jotkin meitä kiinnostavat seikat esiintyivät kuitenkin vain muutaman kerran, joten luotettavuuden varmentamiseksi useampi tutkimusraportti olisi ollut olennainen. Kokonaisuudessaan aineistosta muodostui kuitenkin riittävä ja se mielestämme kuvasi tutkittavaa ilmiötä monipuolisesti.

14 Lähteet

- Ahos, R. & Pusa, T. 2008. Active Art -osaprojektin projektisuunnitelma. Laurea-ammattikorkeakoulu.
- Eskola, K. 1998. Taiteen merkityksellinen elämä. Teoksessa Bardy, M. (toim.) Taide tiedon lähteenä. Atena, Jyväskylä.
- Eskola, J. & Suoranta, J. 2001. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Vastapaino, Jyväskylä.
- Hakonen, S. 2008. Ikäideat ikäkäytäntöjen työkaluiksi. Teoksessa Suomi, A. & Hakonen, S. (toim.) Kuluerastä voimavaraksi: sosiokulttuurinen puheenvuoro ikääntymiskysymyksiin. PS-kustannus, Juva.
- Heimonen, S. & Voutilainen, P. 2006. Avaimia arviointiin: Dementoituvien kuntoutumista edistävä hoitotyö. Edita, Helsinki.
- Heinänen, M. 1998. Taideterapiasta dementoituvien hoidossa. Teoksessa Heimonen, S. & Voutilainen, P. (toim.) Kuntouttava työote dementoituvien hoitotyössä. Kirjayhtymä, Helsinki.
- Hentinen, H. 2007. Ekspressiivinen taideterapia. Teoksessa Rankanen, M., Hentinen, H. & Mantere, M-H. Taideterapian perusteet. Duodecim, Hämeenlinna.
- Hirsijärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2007. Tutki ja kirjoita. Tammi, Helsinki. Otava, Keuruu.
- Janhonen, S. & Nikkonen, M. 2001. Johdanto: Laadullinen tutkimusmetodologia hoitotieteellisen tiedon tuottamisessa. Teoksessa Janhonen, S. & Nikkonen, M. (toim.) Laadulliset tutkimusmenetelmät hoitotieteessä. WSOY, Helsinki.
- Julkunen, R. 2008. Ikä ideana ja tutkimuskohteena. Teoksessa Suomi, A. & Hakonen, S. (toim.) Kuluerastä voimavaraksi: Sosiokulttuurinen puheenvuoro ikääntymiskysymyksiin. PS-kustannus, Juva.
- KEINU. 2006-2007. KEINU- taiteilijat vanhustyön arjessa -projekti 2006-2007. [WWW-dokumentti] <<http://www.pkamk.fi/keinu/>>. (Viitattu 1.12.2008)
- Koskinen, S. 2008. Gerontologinen sosiaalityö. Teoksessa Heikkinen, E. & Rantanen, T. (toim.) Gerontologia. Duodecim, Helsinki.
- Kurki, L. 2007. Innostava vanhuus: sosiokulttuurinen innostaminen vanhempien aikuisten parissa. Finn Lectura, Helsinki.
- Latvala, E. & Vanhanen-Nuutinen, L. 2003. Laadullisen hoitotieteellisen tutkimuksen perusprosessi: sisällönanalyysi. Teoksessa Janhonen, S. & Nikkonen, M. (toim.) Laadulliset tutkimusmenetelmät hoitotieteessä. WSOY, Juva.
- Leijala, M. 1999. Ikääntyvien psykoterapia ja taidepsykoterapia. Teoksessa Huttula, K. (toim.) Taideterapia. Suomen taideterapiayhdistys ry:n 25-vuotisjuhlakirja. Suomen taideterapiayhdistys, Espoo.
- Liikanen, H-L. 2003. Taide kohtaa elämän: Arts in Hospital -hanke ja kulttuuritoiminta itäsuomalaisten hoitoyksiköiden arjessa ja juhlassa. Suomen mielenterveysseura, Helsinki.
- Liikanen, H-L. 2004. Taide kuntoutumista edistävän hoitotyön ulottuvuutena. Teoksessa Heimonen, S. & Voutilainen, P. (toim.) Dementoituvan ihmisen kuntoutuksen lupaus. Kustannus-osakeyhtiö Tammi, Helsinki.

Liikanen, H-L. 2004. Taide- ja kulttuuritoiminnan vaikutus hyvinvointiin. Teoksessa Pitkälä, K., Routasalo, P. & Blomqvist, L. (toim.) Ikääntyneiden yksinäisyys : taide- ja virikeryhmät psykososiaalisena kuntoutuksena. Geriatrisen kuntoutuksen tutkimus- ja kehittämishanke. Tutkimusraportti 5. Vanhustyön keskusliitto, Helsinki.

Liikanen, A. 2005. Mikä ihmeen gerontologinen sosiaalityö? Puheenvuorot (22.11.2005). Sosiaaliportti. [WWW-dokumentti] <<http://www.sosiaaliportti.fi/fi-FI/keskustelut/viestit.aspx?messageID=243536f7-5f06-4c6f-acd9-a0a4e8dc9a13>>. (Viitattu 20.4.2007)

Lundahl, R., Hakonen, S. & Suomi, A. 2007. Taide ja kulttuuri - innovaatiota seniori ja vanhustyöhön. Teoksessa Seppänen, M., Karisto, A. & Kröger, T. (toim.) Vanhuus ja sosiaalityö: Sosiaalityö avuttomuuden ja toimijuuden välissä. PS-kustannus, Jyväskylä.

Länsimäki, R. 2007. Japanin merkitys suomalaisten yhteistyökumppanina kasvamassa. Kehittäjä-lehti 1/2007. [WWW-dokumentti] <http://markkinointi.laurea.fi/julkaisut/lehdet/kehittaja_2007_1.pdf> Viitattu 11.11.2009.

Mantere, M-H. 2000. Kuvia ja kuvitteluja - havaintoja kuvataideterapiasta. Teoksessa Heikkilä, T., Palonheimo, L. & Taipale, I. (toim.) Mieli ja taide. Mielenterveyden Keskusliitto, Helsinki.

Mantere, M-H. 2007. Taiteen ja terapian yhteinen kuva. Teoksessa Rankanen, M., Hentinen, H. & Mantere, M-H. Taideterapian perusteet. Duodecim, Hämeenlinna.

Pirttilä, T. 2004. Muistihäiriöisen ja dementoituvan henkilön kuntoutuksen mahdollisuudet. Teoksessa Heimonen, S. & Voutilainen, P. (toim.) Dementoituvan ihmisen kuntoutuksen lupaus. Tammi, Helsinki.

Pusa, T. 2008. Clinical Art ja Active Art, kulttuurisen viitekehyksen hahmottelua. Julkaisematon lähde. Versio 12.6.2008.

Ojakangas, M. 2007. Passiivisuus - hyvinvointiyhteiskunnan vihollinen?. Teoksessa Bardy, M., Haapalainen, R., Isotalo, M. & Korhonen, P. Taide keskellä elämää. Like, Kiasma, Helsinki.

Rankanen, M. 2007. Taideterapeutin työ ja asiakkaat. Teoksessa Rankanen, M., Hentinen, H. & Mantere, M-H. Taideterapian perusteet. Duodecim, Hämeenlinna.

Raunio, K. 2004. Olennainen sosiaalityössä. Gaudeamus, Helsinki.

Sederholm, H. 2001. Taide on vahva lääke. Teoksessa Ukkonen, I. (toim.) Parantava taide: Taideoppikirja lähi- ja perushoitajille. Toimihenkilöjärjestöjen sivistysliitto TJS, Helsinki.

Seppänen, M. 2005. Gerontologinen sosiaalityö: katsaus lähtökohtiin, nykytilaan ja tulevaisuuteen. Pääkaupunkiseudun sosiaalialan osaamiskeskus SOCCA. Yliopistopaino, Helsinki.

Tuomi, J. & Sarajarvi, A. 2003. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Tammi, Helsinki.

Vaarama, M. & Ahonen, S. 2002. Ikäihminen sosiaalityön asiakkaana. Teoksessa Voutilainen, P., Vaarama, M., Backman, K., Paasivaara, L., Eloniemi-Sulkava, U. & Finne-Soveri, H. (toim.) Ikäihmisten hyvä hoito ja palvelu. Opas laatuun. Oppaita 49. Stakes, Helsinki.

Viramo, P. 1998. Vanhakin vertyy: päiväkuntoutuksen ja viriketoiminnan vaikutus ikääntyneen toimintakykyyn ja terveyteen. Vanhustyön Keskusliitto, Helsinki.

15 Liitteet

Liite 1

ESIMERKKI AINEISTON PELKISTÄMISESTÄ:

ALKUPERÄISILMAUKSET

"Monet nauttivat siitä, että lopputulos ei tannut sitä mitä oli suunniteltu."

"Ryhmäläiset olivat halukkaita kokeilemaan kaikkea uutta. Kaikesta he eivät pitäneet, mutta nauttivat kokeilemisen ilosta."

"Ryhmäläiset pitivät paljon villasta, koska se oli ihanan pehmeää."

"Se tuntuu hyvältä, kun on yksinäinen, niin joskus joku koskettaa."

PELKISTETTY ILMAUS

Nautintoa odottamattomasta vas-
lopputuloksesta

Halu kokeilla uutta

Mielihyvää taidemateriaalien
koskettamisesta

Mielihyvää kosketuksesta

ESIMERKKI AINEISTON RYHMITTELYSTÄ:

PELKISTETTY ILMAUS

Nautintoa odottamattomasta
lopputuloksesta

Halu kokeilla uutta

Mielihyvää taidemateriaalien
koskettamisesta

Mielihyvää kosketuksesta

ALALUOKKA

Into ja mielenkiinto

Aistien herääminen

ESIMERKKI AINEISTON ABSTRAHOINNISTA:

ALALUOKKA	YLÄLUOKKA	PÄÄLUOKKA
Into ja mielenkiinto Aistien herääminen Muistojen herääminen	Positiiviset kokemukset	Yleiset kokemukset
Turhautuminen Riittämättömyyden tunne Liian abstrakti työskentely	Negatiiviset kokemukset	
Heittäytyminen työskentelyyn Valintojen teko Varmuuden lisääntyminen	Taidetyöskentely	Kehitys
Oman työn arvostaminen Oman työn esille tuominen	Itsetunto	
Ohjeiden vastaanottaminen Paikallaan olo	Keskittyminen	

AINEISTON ABSTRAHOINNISSA MUODOSTETTU YHDISTÄVÄ LUOKKA:

YLÄLUOKKA	PÄÄLUOKKA	YHDISTÄVÄ LUOKKA
Positiiviset kokemukset Negatiiviset kokemukset	Yleiset kokemukset	Ikäihmisten kokemuksia Active Art Pilotti II-toiminnasta
Keskittyminen Itsetunto Taidetyöskentely	Kehitys	